



マノリアル  
本荘

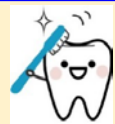
# デイ通信 平成28年 4月

平成28年4月 活動予定



マジックショーのボランティアさんに来ていただき、歌あり、踊りあり、バナナの叩き売りありと盛りだくさんのステージを披露いただきました。手品や踊りに飛び入り参加される利用者様もおられ、会場中は大きな拍手と笑い声に満たされた時間となりました。( ^\_ )

## ☆口腔ケアについて☆



歯磨きを行う事で口の中が清潔になるだけでなく、誤嚥性肺炎の予防や口腔内乾燥を防ぐことができます。ここではく基本的な歯磨きについてご紹介いたします。  
○毎食後は歯磨きを行いましょう。特に菌が繁殖しやすい起床時と寝る前に磨くことが大事です！！  
○歯磨きをする箇所は、歯の表面・歯間・舌・入れ歯（義歯の内側・金具）・粘膜（歯肉）を磨きましょう。  
○歯磨きを行った後はしっかりとうがいをしましょう。この時に口を閉じてブクブクうがいを行うと口周りの筋肉も同時に鍛えられるので、一石二鳥です。歯磨きを行う際は以上の事に注意しながら歯磨きを行ってみてください(^v^)



## ひな祭りゲーム



がんばってー!!



今年のひなまつりはちょっと変わったゲームを行いました。ゴルフのクラブで打った雑あられに見立てたボールをひし餅の上に乗せ、その点数を競い合いといったゲームです。皆さんボールを打つ前は真剣に、打った後は笑顔になり、とても楽しんでいましたよ。 (^o^)/

## リハだより

今回のテーマ:「物忘れ」について

物忘れが起きる原因は様々ですが、多くの場合は加齢により脳細胞が減少することが原因です。脳の老化が始まるのは20代からです。更に60代になると記憶力に加えて判断力も低下していきます。

**しかし、安心して下さい！！**

脳の老化スピードは遅らせることができます。日々の生活の中で「文章の読み書き」や「計算」をする。ビタミン豊富な「かんきつ類」、β-カロテンが含まれる「ニンジンやカボチャ」を食べる。その他にも「料理をする」、「10分程度のウォーキング」、「8時間以上の睡眠」など



理学療法士  
高島 泰希

月	火	水	木	金	土	日
1	2	3	☆新人職員紹介☆ 3月より入職しました吉田です。皆さんといっぱい触れ合っ、一緒に楽しんでいきたいと思ひます。まだまだ未熟ですが、よろしくお願ひします。			
4	5	6	7	8	9	10
棒ふり体操						お休み
カーリング	カラフルビンゴ	ポーリング	脱線ゲーム	野球ゲーム	ラダーゲッター	製作活動
11	12	13	14	15	16	17
ボール体操						お休み
書道	サッカー	UFOゲーム	野球ゲーム	狙ってポン!!	八橋を作ってみよう♪	お休み
18	19	20	21	22	23	24
リング体操						お休み
輪投げ	UFOゲーム	サッカー	カラフルビンゴ	ゴルフ	外出企画	お休み
25	26	27	28	29	30	
竹ふみ体操						お休み
ラダーゲッター	書道	春のクイズ大会	カウボーイゲーム	カーリング	陶芸教室	お休み
ビート体操						お休み
ラダーゲッター	書道	春のクイズ大会	カウボーイゲーム	カーリング	はなぞの合同企画	お休み

・レクリエーションで行われたゲームの優秀者にはメダルを差し上げています。2月のメダルを多く獲得した利用者様は以下の方です。

- 1位: 井上キヨ子様
- 2位: 佐藤啓二様、岡本梢子様、米村愛子様
- 3位: 小沢照雄様、中山佐美子様...でした。

・1年間を通して最もメダルを獲得された方には、何かいい事がある...かもしれません。( ^\_ ) ☆



マノリアル本荘

熊本市中央区本荘5丁目10-23

TEL 096-288-3331

FAX 096-288-3332