



5月活動の様子!

フジバンビ黒糖ドーナツ棒ツアー!

3月26日に、新たに上熊本~植木間を結ぶ熊本西環状道路が開通しました!そこで、さっそく植木町のフジバンビ総本店まで、黒糖ドーナツ棒を買いにお出かけ!走って楽しい、食べておいしいツアーになりました!



黒糖ドーナツ棒ツアー!



食中毒に注意!!

梅雨入りの時期にもなり、食中毒が発生しやすい時期になってきます。手洗い・うがいでなく、食品にしっかりと火を通し、臭いが出たら処分する等の対応をお願いします。

今月の目玉イベント

6月はしっかり体を動かすために、お出かけしましょう!

- 1日 リバーサイド熊本開設記念
4日 リバーサイド シネマ
11日 上熊本駅 エキマチ ツアー
18日 玉名 探訪ツアー
25日 道の駅植木ツアー

リハだより 「物忘れについて」

- 1、物忘れについて
年齢を重ねると、脳の老化によって誰もが物忘れをしやすくなりますが、加齢による物忘れと、認知症による物忘れは大きく違います。
2、加齢による物忘れと認知症の違い
例) 誰かに今朝何食べたか聞かれたとします。加齢による正常範囲の物忘れであれば、メニューが浮かんでこなくて考えこんでしまっても、今朝、朝食を食べたことは覚えています。しかし、認知症の物忘れでは、メニューではなく食べたと言う出来事自体を忘れてしまうのです。
3、脳を働かせることが認知症予防に繋がる!!
①バランスの良い食事
②こまめな運動をする...長く続ける事が大事です。
③認知症予防のための脳トレ...パズルや計算、他の御利用者様とコミュニケーションをとるとよいです。

詳しくは理学療法士の竹田まで。



理学療法士 竹田 陽

Calendar grid with dates and activities. Includes events like '開設記念', 'テリテル坊主作りゲーム', '体力測定', '足玉入れゲーム', etc.

