

通所 敬老会



職員による演劇



台風10号も過ぎ去り、リバーサイドでは盛大に敬老会が開催されました！大勢の方に参加して頂き、**賀寿者**のお祝いをしました。＼(o)/午後からはリバー劇団による「渡る世間は妖怪ばかり」...とここのTV番組に似た題名の劇を迫真の演技で大盛り上がり♡♡♡セリフや凝った衣装に、皆様は大変喜んで頂けたようです!!皆様の元気の秘訣・パワーで、これからもリバーサイドでの日々を一緒に楽しんでいきましょう(*^v^*)今月の行事もお見逃しなく!! 沢山のご参加お待ちしております。



リハだより

認知機能向上体操について
認知機能向上体操とは、「体の運動」+「頭の体操」を同時に行うことで、脳を活性化させ認知機能の改善に効果があります。

効果
①脳の血流量を上げることができる
長期・短期記憶のパフォーマンスを増大させます。
②前頭葉の活性化させる
前頭葉に刺激を与え続けることが認知機能低下の予防に繋がります。

方法
簡単な計算やしりとりなどの認知課題やウォーキングなど、同時に行うことを日常生活の中に取り入れて慣れてきたら難易度を上げて行いましょう。
詳しくは、理学療法士の西迫まで。



今月の目玉イベント

- 4日 リバーシネマ
- 11日 リバー観光ツアー
- 13日 歌声喫茶
- 14日 フラワーアレンジメント
- 18日 秋のスポーツ大会
- 19日 みどりのお料理教室
- 25日 10月合同誕生会

日	月	火	水	木	金	土
<p>コロナ・インフルエンザ感染対策について ・ご利用時のマスク着用 ・手洗い・うがい・消毒 コロナウイルスだけでなくインフルエンザの予防も必要となってきました。感染対策のご協力をお願い致します。</p>				1 脳トレーニング (国語・算数)	2 脳トレーニング (社会・算数)	3 お休み
4 リバーシネマ	5 脳トレーニング (国語・ナンプレ)	6 脳トレーニング (国語・ナンプレ)	7 脳トレーニング (数独・社会)	8 書道教室 脳トレーニング (数独・社会)	9 脳トレーニング (数独・社会)	10 お休み
11 リバー観光ツアー	12 脳トレーニング (社会・算数)	13 歌声喫茶 脳トレーニング (社会・算数)	14 フラワーアレンジメント 脳トレーニング (社会・算数)	15 脳トレーニング (国語・音楽)	16 脳トレーニング (国語・音楽)	17 お休み
18 秋のスポーツ大会	19 みどりのお料理教室 脳トレーニング (音楽・算数)	20 脳トレーニング (音楽・算数)	21 脳トレーニング (社会・算数)	22 脳トレーニング (社会・算数)	23 脳トレーニング (国語・算数)	24 お休み
25 10月合同誕生会	26 脳トレーニング (言葉遊び・算数)	27 脳トレーニング (言葉遊び・算数)	28 脳トレーニング (国語・算数)	29 脳トレーニング (国語・算数)	30 脳トレーニング (国語・算数)	31 お休み