

脳トレ週間 ～ 覚えてるかな?? ～

R2.5/18~22

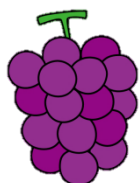
記憶力を呼び覚ませ!!

コロナ対策によって外出自粛要請が行われ、多くの方が不要な外出を控え、自宅ですることと思います。しかし、過度な用心から、高齢者が自宅に籠りきってしまったことによる、著しい認知機能の低下が危険視されています。

そこで5月は、『脳トレ週間』として、記憶力に注目した脳トレを行いました。

まず、ホワイトボードに複数枚の絵を貼り、おもて面を覚えて頂いたところで、裏返し、職員が指定する箇所に『なんの絵があつたのか?』を、答えて頂くと言う、単純なものです。4枚から始まり、8枚、12枚と増えていくと、職員も覚える最中の利用者様に、世間話を振ってみました。妨害工作に出て、『忘れてしまった!』とお叱りを受けながらも、笑顔で参加頂きました。

おもて



ぶどう

うら



おぼえてる??

『楽しむことが大切』



緊急事態宣言に基づく、外出自粛は数週間でしたが、環境や生活リズムの変化から、認知機能・体力の低下が見られる方が増えている様です。体力の低下が意欲の低下を引き起こし、意欲の低下が認知機能の低下を引き起こします。少しでも楽しみや、日々の目標を持って、『イキイキ』と過ごして頂けるよう、職員一同応援して参ります!

がんばろう!



今年もやって来た新茶シーズン



矢部茶

It is a tea made in Yabe.



Fresh green tea

