

## まっなみクラブたより vol.4

“桜”と共に令和4年度が始まりました。コロナウイルス感染症の状況は、現在も収束とはほど遠い状況です。長引く感染症対策の日々であっても、笑顔多く、ご利用者の皆様に安心して一日一日を無事に過ごしていただける様、お手伝いをさせていただきます。



フラワーアレンジメントや音楽  
鑑賞、陶芸など  
『趣味活動の時間』  
新たな楽しみの発見  
に繋がる事を期待しています



見学は随時受け付けております。  
空き状況など直接お問い合わせください。

『コグニサイズ』とはコグニション（認知）とエクササイズ（運動）を組み合わせた造語です。頭で考えるコグニション課題と身体を動かすエクササイズ課題を同時に行う事で、脳と身体の機能を効果的に向上させる事が期待されます。『歌体操』は、歌う事と手足を動かす事を組み合わせる事でデュアルタスク（二重課題）の体操になります。まつなみクラブの職員は、体操の研修を受講し、フィードバックによって日々のプログラムに取り入れています。

コグニサイズや歌体操  
を取り入れた  
『認知症予防体操』  
楽しみながら無理なく  
身体を動かす事により  
身体機能向上  
健康維持  
に繋がります



『職員間の情報共有』  
による  
ご利用者様の状態把握

ご利用者様に関する『共有ノート』や『注意点一覧表』を元に日々の変化を職員間で共有しています。ご利用者ご家族様へ、毎月施設内の活動報告としてお便りをお配りしております。その日の体調に合ったプログラムをご利用様と相談し、無理のない範囲での運動をお勧めしています。

