

医療法人社団白樺会 介護老人保健施設 麓華苑

華だより



■表面

- ◆ 1月誕生会
- ◆ 音楽療法
- ◆ デイケア通信

■裏面

- ◆ 新春ビンゴ大会
- ◆ 日本静脈経腸栄養学会
- ◆ 今月の逸品
- ◆ 今後の予定
- ◆ 編集後記



笑顔の毎日をあなたにお届けします

デイサービスセンター ろっかえん

詳しいお問い合わせは0136-22-0808へ

🎵 音楽療法～心の機能回復～ 🎵

麓華苑では、作業療法士による音楽療法を取り入れています。さまざまな作業や活動を通して心身の機能回復を図る作業療法の中でも、「音楽療法」は特に精神疾患に対して有効であるという研究結果が得られています。音楽療法とは、好きな音楽を聴く、カスタネットやタンバリンなどの簡単な楽器を奏でる、歌に合わせて踊る、カラオケで歌うなど音楽を通じて脳を活性化させるリハビリテーション法の一つです。その他にも気持ちを落ち着かせるリラクゼーション効果もあり、音楽は、「記憶の扉を開けるカギ」とも言われており、子供の時に歌った唱歌や若いころに流行した曲を選ぶと昔の事を思い出してさらに脳を活性化させる効果も期待できます。利用者様は音楽療法の時間を楽しみにされている方が多く、積極的に参加されてリハビリを行っています。



1月16日（土）、1月の誕生会を開催しました。今回の余興は「芸能ボランティア ふれ愛」の皆さんが来苑され、歌謡曲や民謡を中心にカラオケの演目が披露されました。歌のある素晴らしい歌声に利用者様も一緒に口ずさみ、笑顔で曲に合わせて手拍子されていた姿が印象的でした。

1月誕生会開催



デイケア通信

通所リハビリテーションでは、高齢者福祉施設向け一体型カラオケシステム「JOY SOUND FESTA」を取り入れた心身のリハビリを行っています。「歌う」「観る・癒す」「体を動かす」「遊ぶ」の4つのカテゴリから対象者に合ったコンテンツを目的ごとに利用することで、心のケアやリハビリ、介護予防や健康維持に大活躍です。今回はこの中から、「体を動かす」カテゴリについて紹介します。

- ・名曲体操 懐かしの名曲を口ずさみ、リズムに合わせて楽しみながら身体に心地よい刺激を与える体操ができ、肩こりや腰痛予防に効果を発揮する。
- ・すっきり体操 こわばった身体をほぐし、血液循環を促進して身体の調子を整える。
- ・ゆったり体操 立ったままの運動が困難な方も椅子に座って無理なく身体を動かせる。
- ・指先遊び 楽しみながら指先や、手の運動ができる。
- ・ヨガ・太極拳 身体ストレッチにより、全身の柔軟性の向上を行う。

これらのメニューを継続して行うことで血行が良くなり、体力向上や筋力の維持が図れます。



新春ビンゴ大会開催

1月18日から22日にかけて麓華苑新春ビンゴ大会を開催しました。仮装した職員の司会で始まり、様々な景品が用意され、番号が読み上げられると利用者様は一喜一憂で楽しまれておりました。



日本静脈経腸栄養学会

～北海道支部例会～

1月23日（土）札幌で行われた第9回日本静脈経腸栄養学会北海道支部例会において、論文を発表しました。テーマは「介護老人保健施設における認知症と嚥下障害、低栄養の関連性」です。麓華苑では今まで以上に認知症を有する方への食事環境の整備を行い、利用者様が安全に美味しく食事を召し上がっていただけるよう、今後もこのテーマについての研究を重ねていきたいと思っております。



今月の逸品 ～お楽しみ献立・デザートの日～



～お楽しみ献立～

- ・うなぎちらし・清まし汁・和風唐揚げ
- ・帆立の木の芽焼き・紅白玉ねぎマリネ
- ・煮豆・昆布巻き・季節の果物



～デザートの日～

- ・パナコッタ

滑らかな食感に美味しいと喜ばれていました



編集後記



インフルエンザ等が流行する時期ではありますが、皆様体調など崩されてはおりませんが、立春も過ぎました。立春も過ぎましたが、俱知安に春の便りはまだ遠そうです。手洗いうがいをして感染症を予防しましょう。麓華苑では2月、3月にも様々な行事を予定しております。近くへ来られた際には是非、麓華苑にもお越しください。

A・M

～今後の行事予定について～

入所

3月 3日（水） 桃の節句
3月 12日（土） 誕生会

通所介護

2月 20日（土） 誕生会

通所リハ

2月 23日～26日 誕生会