

七夕の季節 ですね!



飾り付けが
楽しいね!

短冊に願い事を書いて
飾り付けをしました

脳の機能訓練のお話

デイサービス等の高齢者施設では、認知症予防の為に脳の機能訓練が行われています。認知症を予防する・進行を遅らせる為には、脳の活性化が必要だからです。

例えば指の運動であったり、パズルやドリル等の脳トレが代表例です。塗り絵も効果的です。また、日常的な家事動作や遊びや趣味も関わってきます。

ワーキングメモリーと言って、思考や判断などの際に必要な情報を一時的に保持・処理する記憶機能があります。それらを刺激することにより脳が活性化されます。



えがおでは毎日の生活に脳トレに繋がる活動を行っています。折り紙を折って鶴を作るといふのは、皆様にとっても馴染み深いものであり、気軽に取り組むことが出来る活動です。皆様は楽しみながら日々の脳トレに取り組まれています。

認知症は回復させることは難しいですが、予防をすることが出来ます。自分の趣味を存分に楽しんだり、人と交流を持ち、関わりを持つことが大切と言えるでしょう。



折り紙を折っている時の皆様の様子です。

えがお行事予定のお知らせ

★お誕生日会 7/10(月)

★デコレーションアイス作り 7/21(金)