

なにわローランド通信

特定医療法人中央会 介護老人保健施設なにわローランド
〒660-0892 尼崎市東難波町1丁目3番10号
(電話) 06-6481-8010
(HP) <http://www.chuoukai.or.jp>

NO.112

こころアートコミュニケーション様に、ご来所して頂き、
「アートセラピー」を実施しました！
カラダッシュという水性の特殊なクレヨンで、自由な
発想で「塗り絵」に取り組んでいただき、先生方のご指
導のもと、表情もいきいきと楽しくお過ごしいただきま
した♪

アートセラピー開始！

どんな色で
塗ろうかな～♪



家庭の医学

✧ 肥満度とBMI ✧

第92回 管理医師 山本 房子

肥満度・BMIについては、以前にも書きましたが、再度、説明します。

$BMI(\text{Body mass index}) = \text{体重}(\text{kg}) / (\text{身長}(\text{m}))^2$

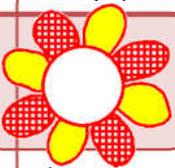
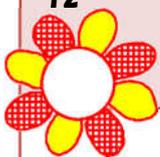
BMI=22となる体重を理想としたのが標準体重です。

肥満とは、BMI 25以上としています。肥満といっても、内臓脂肪の多い危険な肥満と皮下脂肪の多い肥満など、一人一人違います。肥満症の治療方法には、食事療法、運動療法、行動療法、薬物療法、外科的療法等があります。BMI 35以上の重症例に使用する薬物の治験について、6月末より話題になっています。安全に制限少なく使える薬の開発を期待します

昌美会の皆様に舞踊をご披露して
頂きました！
綺麗な踊りにご利用様の皆様は
大変喜ばれていました♪



8月の予定

月	火	水	木	金	土	日	
			1	2 マッサージ アートセラピー	3 マッサージ	4 入所喫茶 DVD鑑賞クラブ	
5 リハビリ予防給 付体力測定 通所そうめん流し	6 美容室 マッサージ リハビリ予防 給付体力測定 音楽療法	7 マッサージ 入所喫茶 リハビリ予防給 付体力測定 園芸クラブ 手作りおやつ	8 リハビリ予防 給付体力測定	9 マッサージ リハビリ予防給付 体力測定 お花クラブ	10 マッサージ 貼絵クラブ リハビリ予防 給付体力測定	11 入所喫茶	
	12	13 美容室 マッサージ	14 マッサージ 入所喫茶 入所楽食会	15 入所屋上庭園 のお散歩	16 マッサージ	17 マッサージ	
	20 美容室 マッサージ	21 マッサージ 入所喫茶 園芸クラブ 手作りおやつ 入所通所スイカ割	22 入所屋上庭園 のお散歩	23 マッサージ お花クラブ ピアノボランティア	24 マッサージ 貼絵クラブ	25 入所喫茶 お誕生日会	
26 音楽療法 通所喫茶 通所楽食会	27 美容室 マッサージ 通所喫茶 通所楽食会	28 入所喫茶 通所喫茶 通所楽食会	29 通所喫茶 通所楽食会 尼崎市 市長ご来所	30 通所喫茶 通所楽食会	31 通所喫茶 通所楽食会		
			予定が変更することがあります				