

イマジン通信

～ 作業療法士さんと ～

4F

高齢者は体力や意欲が減退して、引きこもってしまいがちですが、毎日を楽しむことは心身の健康に良い効果があります。体を動かすことで体力の維持、手先や頭を使うことで脳への刺激となり、認知症の予防や家族とのコミュニケーションのきっかけとなります。面会時に話す話題の一つにしてみてくださいね。



イマジンには屋上があります。天気の良い日にはリハビリを兼ねて散歩に行くこともあります。

今回は4Fフロアの数名の方々と田植えを行いました。秋の収穫が楽しみです。ね♪

屋上庭園



イマジンの屋上ではイチゴやパセリなど、無農薬の野菜や果物などを育てています。

その場で収穫し、食べることもあります。もぎたての野菜や果物はとても美味しく皆様の評判になっています。作業療法士と一緒に植物を育てたり、収穫したりすることは楽しいリハビリの一つになっています。

いちご



パセリ

5F

～ 介護士さんと ～



4F

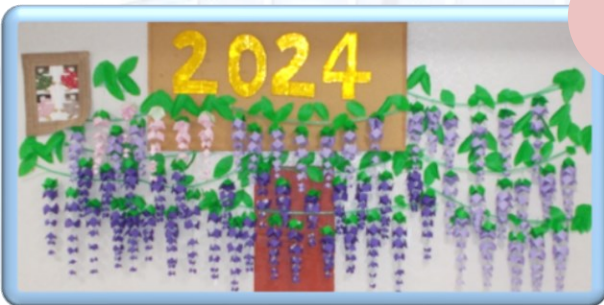
脳を活性化させて認知症予防に！

- ・麻雀、将棋、オセロなどのボードゲーム
- ・クロスワードパズル・ジグソーパズル
- ・塗り絵、絵、間違い探し
- ・折り紙

などの遊びは、しっかり考えながら手先も使い、脳に多くの刺激を与えることで認知症予防に効果があると言われています。
できることからやってみるといいですね☆



フロア



5F



※プライバシー保護の為、画像を不鮮明にしております。

<http://eisei.or.jp/imagine>

☎ 042-662-7000

◎ お知らせ ◎

イマジンの ホームページの QR コードです。

イマジンへのアクセス方法やサービス、

その他お知らせなども掲載させていただいております。



利用者様にタオルを畳んでいただきました。
手先を使う作業の一つとして時々手伝っていただいています。

些細なことでも構いません。お気軽にご相談・お問い合わせください。

2024.5 Vol.4