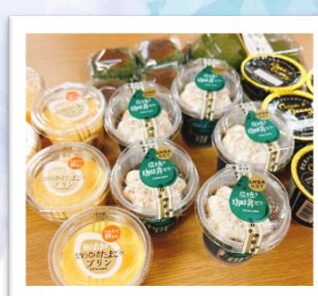


「いこいの日」紹介(毎月第3水曜日)

5月の「いこいの日」は「カラオケ」と「選べるデザート」で楽しく過ごしていただきました♪



歌って聴いて
ストレス発散



♪約10名の方にステキな歌声を披露していただきました♪

カラオケでは大きな声を出して歌うと、脳から幸せホルモンと快楽ホルモンが分泌され、腹式呼吸にて自律神経を整え**リラックス**させる効果があり、**ストレスが軽減される**と言われています。又、カラオケで歌うとき・聴くときに、その曲を聴いていた頃の記憶・思い・感情などが蘇るため、**脳を活性化させる(認知症予防)**効果が期待できるそうです。

次回の「いこいの日」は**6月21日(水)**を予定しております。

令和5年
6月号

運動と脳活(脳トレ)頑張っています！

カルフルで充実した1日を過ごしていただく為、利用時は歩数計を装着し、リハビリテーション、自主トレーニング、脳活(脳トレ)や集団体操・レクリエーション等に参加していただいております。1か月ごとに歩数記録証をお渡ししています。又、職員や他の利用者様と楽しく交流する機会を増やすよう努めております。

引き続き運動・脳活(脳トレ)、楽しんで介護予防に取り組みましょう！



例題のように④から始まって
①で終わる言葉を考えてください。



👉脳活(脳トレ)の一例

新規・追加利用を承っております

通所リハビリテーションの受け入れ状況
令和5年5月31日現在

①ロング(6-7時間)

	月	火	水	木	金
9:30-15:40	△	◎	◎	◎	◎

②短時間(1-2時間)

	月	火	水	木	金
9:30-11:00	◎	○	△	○	×
14:10-15:20	◎	○	△	△	△

理美容サービスは、①**6/14(水)** ②**6/28(水)**です。
予約締切は①**6/6(火)** ②**6/20(火)**です。

新規依頼・サービス内容の追加・変更等は
カルフル・ド・ルポ TEL 483-1000まで



発行元
医療法人同仁会
老人保健施設カルフル・ド・ルポ
海南市築地1番地61
TEL 073-483-1000
FAX 073-483-8200