

11月のプログラム内容紹介

あしたば新聞十一月

公園のいちじょうの木もすっかり色づいて、秋満開となりました。昼夜の寒暖の差が激しくなり、冬支度に備えられ、元気に過ごしていきましょう。

平成二十三年十一月一日
 特定医療法人三役会 宮崎病院
 通所リハビリセンター 広報部

● **健康体操**
 ～リハビリ体操～
 有酸素運動を取り入れた首・手・足・顔など全身運動を行います。
 ～歌体操～
 ドンパン節

● **カラオケ**
 ・川の流れるように
 ・一円玉の旅ガラス
 ※リクエスト曲がある場合は、事前にスタッフまで申し出て下さい。

● **音楽療法**
 ◎ 今月の課題曲
 ・発声練習
 ・村の鍛冶屋
 ・たきび
 ・証城寺の狸ばやし
 ・満州娘
 ・七つの子
 ・夕焼け小焼け
 ・草津節



● **レクリエーション**
 11月7日～11月12日 ◎ 50音カード並べ
 内容…50音を用いて、単語を作るゲームです。 効果…前頭葉を刺激し集中力、思考力、発想力の向上。
 11月14日～11月19日 ◎ 七五三ゲーム
 内容…サイコロを振り、出た目の合計でパネルをめくるゲームです。 効果…上肢機能、思考力向上。
 11月21日～11月26日 ◎ カレンダー作成
 内容…季節に合った絵の色塗りを行います。 効果…見当識能力向上、感性の活性化
 11月28日～12月3日 ◎ 自己紹介ゲーム
 内容…曲に合わせて物を回していき、曲が止ったところで箱に入っているお題に沿って自己紹介をするゲームです。
 効果…思考力、表現力の活性化

島原バスツアーへ行って頂きました！

十月下旬の4日間で約40名の利用者様で、島原バスツアーに参加されました。島原城では昔の思いにふけ、昼食は「元祖島原具雑煮」に舌つづみされ、皆様大変喜ばれていました。お土産売り場では、目をキラキラさせ家族へのお土産を熱心に選ばれていました。今後もよりよい野外ケアを目指して継続、計画してまいりますので多数のご参加お待ちしております。



インフルエンザ

今年のインフルエンザは猛威を振るうと言われています。対策として、十分な睡眠、バランスのとれた食事、嗽、手洗いを行ない規則的な生活に心掛けていきましょう。

予防接種についてのお知らせ

当通所では、予防接種を行っておりません。受診される方は、宮崎病院・宮崎診療所で実施しておりますので、ご相談下さい。

通所利用についてのお知らせ

体温37℃以上、風邪の症状がある方は通所での利用が出来かねますのでご注意ください。

十一月誕生者紹介 かわら版

二日	F・M	さん	(八十歳)	十七日	N・A	さん	(八十三歳)
四日	A・T	さん	(八十四歳)	十八日	S・K	さん	(九十二歳)
五日	T・T	さん	(五十九歳)	二十日	O・T	さん	(八十五歳)
六日	H・T	さん	(九十三歳)	二十一日	H・Y	さん	(八十歳)
九日	K・T	さん	(九十七歳)	二十二日	M・K	さん	(七十六歳)
十日	O・S	さん	(六十八歳)	三十日	M・T	さん	(七十一歳)
十五日	T・H	さん	(八十二歳)				
十五日	K・K	さん	(六十六歳)				

宮崎病院通所リハビリセンターでは、いつでも見学を受け付けてお 告知り合いの方や、ご近所の方で見学したいという方がいらっしゃいましたら、お気軽にお問い合わせ下さい。

お問い合わせ番号

0957・(25)・7000