

は れ ば れ 講 座

目的 皆でわいわいと、友達を作って、いきいきとした生活をするきっかけとする

対象 65歳以上の参加したい方は どなたでも

内容 レクリエーションを通し、人との関わりを保ち 心と体の健康を 維持する

テーマ 季節にちなんだ内容で、頭・体の体操、思い出の回想など

平成27年度 第11回が、2月23日に行われました。今回の内容を紹介します。

* 体調確認

* 音楽療法士

白川病院 野尻 泉音楽療法士を講師に音楽療法が行われました。

参加者全員で行いました。

嚥下機能促進のため大きな声を出すために歌唱指導から始まりました。

皆が歌いたい曲に合わせて歌い、音の出る簡単な鳴子、太鼓など打楽器を

使って歌を歌い盛り上げました。

男性の参加は2名ありました。

* 水分補給を兼、お茶を飲みながら、白川病院 栄養科手づくりのおやつを頂きました。

おやつは特製イチゴカスタードタルトで好評でした。

講座の参加風景



次回は3月15日(火)です

この講座は

毎月1回第3火曜日 13:30~15:00 (H28年度より第2火曜日となります)

白川病院、健遊館シラトピアホールにて行っています。

ご近所の方も、是非ご参加ください。

担当 在宅介護やまびこ 健遊館管理人