



## 敬老会



賀寿者様  
おめでとう  
ございます！



9/12～15日(火～金)  
4日間の開催でした。今年も  
皆様とお祝いをさせて頂きまし  
た。家族様からのサプライズお  
手紙には涙される方も。その後、  
ひょっとこ踊り・ダブル山本リン  
ダの登場で、感動あり・笑いあ  
りの一日となりました！

踊り最高！



### 衣替えについて

目安:最高気温 15～20度  
20度→ 切ったら衣替え**準備**  
18度→ 切ったら衣替え**時期**

最低気温もチェックする！！



注意:脱ぎ着し  
やすい服装を  
心掛ける！

### リハだより

#### 認知症機能向上体操について

認知症機能向上体操とは、  
「体の運動」「頭の体操」を同時に行うことで、脳を活性化させる  
運動です。認知症の予防や軽度認知症の改善が見込めます。

【脳への効果】  
血流量が増加する:記憶能力の向上が期待できる  
活性化される:脳への刺激で認知機能低下予防が期待できる

【方法】  
簡単な計算や歌いながらなどの考える認知機能課題と  
手足の運動を同時に行う等、日常生活の中に取り入れて  
いきましょう。

※今月のワンポイントリハで一緒に行ってみましょう！



不明な点があれば 理学療法士 鹿子木まで

### 令和5年10月活動予定

月	火	水	木	金	土	日
						1 お休み
2 ホワイトボードレク	3 シナプソロジー	4 腕のリハビリ	5 書道	6 シナプソロジー	7 足のリハビリ	8 お休み
9 スポーツの日 レッツ創作！！	10 足のリハビリ	11 シナプソロジー	12 レッツ創作！！	13 ホワイトボードレク	14 レッツ創作！！	15 お休み
16 レッツ創作！！	17 レッツ創作！！	18 レッツ創作！！	19 書道	20 レッツ創作！！	21 体操教室	22 お休み
23 シナプソロジー	24 ホワイトボードレク	25 芸術の秋	26 腕のリハビリ	27 てんすい癒しの湯	28 レッツ創作！！	29 お休み
						<p>*お休みの際の連絡に関して 利用日当日の欠席につきましては 午前8時頃までの電話連絡をお願い いたします。振替利用をご希望の 方は、職員へお申しつけください。</p>



てんすい倶楽部  
玉名市天水町部田見1214-15  
TEL: 0968-71-5600

法人ホームページ  
アクセスはコチラ

