事業所版

ふぁみりー

新生ケア・サービス広報紙　令和５年１０月号

ピックアップ

⭐9/21は「世界アルツハイマーデー」～発症前からの予防を～⭐

～認知症の予防って？～

認知症の予防とは「認知症にならない」
ではなく
「認知症になるのを遅らせる」
「認知症になっても進行を緩やかにする」
という意味です💡

～認知症予防で大切なこと～

① 規則正しい生活で、生活習慣病を予防。
② 適度な運動の習慣化。
③ 楽しみ(趣味)や達成感(いきがい)を持つ。
④ 他者や地域との交流を積極的に行う。
⑤ **早く(40代前後)から予防の意識を持つ。**

～認知機能改善を図るには～

・五感(見る、触る、嗅ぐ、聞く、味わう)を
フル活用し、脳の活性化を図る。
・得意なこと、好きなこと、出来ることを活用。
・脳トレは本人が丁度出来る難易度のものが
成功体験、脳の賦活化に繋がる。
・運動、脳トレの同時二重課題で脳を活性化。
（デュアルタスク）

～デュアルタスク運動のススメ～

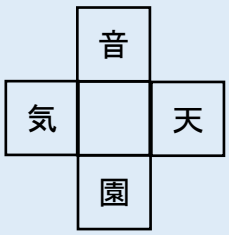
重要

《脳トレ🧠×運動💪＝脳機能活性化😆》

大きく足踏みしましょう～😆
・同時に野菜の名前を
たくさん言ってください😄
・次はしりとりをしましょう♪
・最後はジャンケンポン✊🖐

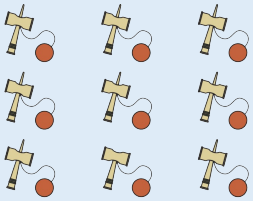
【～重要ポイント～💡】
①楽しみながら笑顔で😆
②無理なく出来ることで🙌
③慣れたら課題を変更💪
④一人よりみんなで挑戦😊

～脳トレに挑戦しよう～　答えは裏面に💡



1. 真ん中に入る漢字は？

2.糸＋士＋口＝
3.日＋一＋里＝
4.たつ＋ひ＋こころ＝



5. 仲間外れはどれ？

認知症のこと、ご相談
ください。人に話すことで
みえてくることがあるかも。
ぜひ一緒に考えさせて
ください☺　（生島）

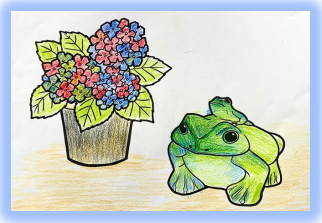
資格：社会福祉士
認知症キャラバンメイト
きらめき認知症トレーナー

※勉強会のご依頼も受け付けています♪

今月の一押し

⭐～「芸術の秋」97歳画伯の作品紹介～⭐

綺麗に出来とうかや😆
ありがとうな～♪
昔から絵はようけこと
書いとったけぇな😊



活動紹介♪

小規模多機能型居宅介護事業所　にじの音

⭐～恒例のにじの音祭り開催～⭐

今日はにじの音祭り～😆
盛り上がっていきましょう♪

楽しいわぁ😊
いっぱい笑ったわ😆

いっぱい食べて
くださいね～😋

楽しいわねぇ😄
いっぱいとれました♪

美味しい～😋
食べ過ぎちゃったわ😊
またよろしくね～♪

にじの音スタッフより

スタッフみんなでお祭りを手作りしました😊
みなさまに喜んで頂けて幸せでした(^O^)
これからもたくさんの笑顔を共にしましょう♪

デイサービスセンター　コムハウス

⭐～敬老会で手作りストラップをプレゼント～⭐

ありがとうね😊
ビンゴゲームも
楽しかったわよ♪

これでこれからも
元気で過ごせるわね☺️
今日は本当にありがとうね♪

どれにしようかいな☺️
どれも綺麗だから
選べないわぁ😆

お抹茶は得意よ😆
みんなのも
たてようかしら😊

コムハウススタッフより

今年は職員手作りの七色厄除けストラップをプレゼント😊皆さんにたくさんの幸せがありますように😆

～事業のご案内～

- 居宅介護支援事業（ケアマネ）
- 訪問介護事業（ヘルパー）
- 訪問看護事業
- 通所介護事業（デイサービス）「デイサービスセンターコムハウス」
- 小規模多機能型居宅介護事業「小規模多機能型居宅介護にじの音」
- 光の学校（地域向けサロン）
- ちょいてご屋（介護保険外お手伝いサービス）（居宅介護・重度訪問介護）
- 看護師家政婦紹介所
- 障害者福祉サービス事業

編集後記✏

今年は地域の行事やイベントも増え、活気が戻ってきた感じがします😆にじの音、コムハウスでも敬老会やお祭り等、ワイワイ楽しい時間を過ごしました♪これからも秋をいっぱい満喫しましょう😆脳トレの答えは↓

1. 楽　2. 結　3. 量　4. 意　5. 下段真ん中

Sinsei Care Service

有限会社　新生ケア・サービス

小さな夢を大きな希望に

〒689-3546　鳥取県米子市熊党200-1　TEL 0859-27-1439

ホームページ　https://www.shinsei-care-service.com/

Instagram