



5月の予定



日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
	体を動かそう					お休み
	玉入れ		お見合いホッケー			
	ヒシカツ	肉うどん	さば味噌煮	エビピラフ		
6	7	8	9	10	11	12
	全体作品作り					
	中華風 混ぜご飯	赤魚の酒蒸し	とろたま メンチ	卵とじ そうめん	卵袋煮	他人煮
13	14	15	16	17	18	19
	6月のカレンダー作り					
	フーヨーハイ	たこめし	筑前煮	さわら 南蛮漬け	スパゲッティ	煮魚かれい
20	21	22	23	24	25	26
	カラオケ		テーブルゲーム			
	摘んでどうぞ			トランプカルタ		
	鮭塩焼き	和風 ハンバーグ	チキンライス	スペイン オムレツ	白身フライ	味噌煮込み うどん
27	28	29	30	31	6月の予定	
	DVD鑑賞 壁飾り作り				・7月のカレンダー作り ・全体作品作り ・ミニモップ作り	
	肉豆腐	塩焼きそば	フライ 中華あんかけ	といめし		

今月より新しい建物です♪
職員も気持ち新たにかんばります。
いつでも見学にいらしてください。

望メディカルデイサービス
〒458-0910 名古屋市緑区桶狭間森前1106番地
TEL(052)626-0067
FAX(052)626-3021
生活相談員:川端 佳子



4月の活動は・・・

外出(お花見)



例年よりも早いお花見
心地よい季節がやってきます。



ハイパーホッケーゲーム

つつい力が入ります!
白熱の試合です★



5月のカレンダーと飾り作り

いよいよ田植えのシーズン
おいしいお米、
待ち遠しいですね。



かわいい兜を
壁飾りで♪



望

平成30年
5月号

メディカル通信



今年はスギ・ヒノキ花粉の量が多く、例年に比較してアレルギー反応が強く、つらい日々を過ごしていると思いますが、スギ・ヒノキの飛散もあとわずかな期間で終了いたします。もう少しですので頑張りましょう。

医療法人 松清会
理事長 松本 清



コグニサイズとは？

コグニサイズとは、運動と認知課題(計算、しりとりなど)認知症予防を目的とした取り組みの総称です。コグニサイズは、基本的にはどのような運動や認知課題でも構いませんが、次の内容が考慮されていることが前提です。

1. 運動は全身を使った軽く息が弾む程度であり、脈拍数が上昇する。
 2. 運動と同時に実施する認知課題によって、運動の方法や認知課題自体をたまに間違えてしまう程度の負荷がかかっている
- 望メディカルデイサービスでの全体体操は脳を使いながら体を動かすコグニサイズを取り入れています。



理学療法士
山本 博