

ご利用者様の声

【身体的な変化】

何に対してもやる気が起きず人と話すことも億劫でしたが、デイサービスで運動をしながらたくさん笑うことで気持ちが明るくなり、食事でも美味しく感じるようになりました。

体に力が入る実感があり、とても嬉しいです。

【生活面の変化】

食欲が出てきたことで食べる楽しみも増え、夜もよく眠れるようになりました。

定期的に外に出ることで生活にメリハリができ、毎日が楽しくなりました。

80代男性 要支援2

【スタッフから】

最初は緊張もあり表情も硬く声も小さかったのですが、こちらが驚くくらいとても大きな声で笑ってくださるようになり、その素敵な笑顔からエネルギーを頂くとともに本当に嬉しく思っております。



今月のお知らせ

令和4年4月1日より

出席カード

を配布することになりました！

★通所1回につき1回スタンプを押させて頂きます

★50個たまると通所に便利な

ロゴ入りオリジナルバッグ

をプレゼントさせて頂きます

★忘れてしまった場合は押すことが出来ません

★カードをなくしてしまった場合は再発行いたしますが、1からの再スタートとなりますのでご注意ください

★有効期限はございません



今月の施設内のご様子



職員用ユニフォームが出来ました♪



地域に咲き始めたお花の写真です

今月の豆知識



コグニサイズをご存じですか？



ヒラックス犬山でも取り組んでいるコグニサイズ。2014年に国立長寿医療研究センターが認知症予防に開発したcognition(認知)とexercise(運動)をあわせてつくった認知課題と運動課題を同時に行うことが特徴のエクササイズです。



ヒラックスでは・・・

足元の枠を使って足踏み、3の倍数は足は外！のエクササイズや、右手は2拍子、左手は4拍子！のお手玉と手ぬぐいのエクササイズとか、1～8の足踏み、2はクロス！3と6は手拍子、5は手は腰！など(実際に取り組んでおられるご利用者様は「あ～あれね！」と思いつけるかな?)さまざま取り組んでいます。実際とっても難しいので、出来ないね～と皆さんでゲラゲラ笑いながら取り組むのも楽しい時間です。

完璧に出来ることが目的ではなく、取り組む過程で脳を使い、体を使うことが目的です。これからも皆さんと大いに笑い、大いに楽しめるプログラムをご紹介します！！

リハビリ型デイサービス **ヒラックス犬山**

犬山町59-1 045-719-0967