



★口腔体操★

私たちの歯や口は食べ物を噛んで飲み込むだけでなく、話す、表情を作るなどの機能があります。しかし、年をとるにつれ唾液の減少やお口の中が乾燥したりすることで、それらの機能が衰えてきます。

食べる・飲み込む・話す機能を保つためには口腔体操が有効です。口腔体操とは、唇や舌、口周りの筋肉などを意識して動かすことで、スムーズに食事やお話ができるようになるものです。お口から美味しくお食事をし、楽しく会話ができるよう、口腔体操を行いましょう。



マシン充実



旅館のようお風呂

リラクゼーション
スペース

イベント情報誌

✿ じっこう温泉 7日(月)～12日(土)

今月の入浴週間はじっこう温泉です。旅館の様なお風呂でおくつろぎ頂けます。

✿ 夏祭り 17日(木)18日(金)

✿ スペシャルランチ 5日(土)・21日(月)

✿ お楽しみお茶菓子 10日(木)・29日(火)

✿ 射的選手権 21日(月)～26日(土)



MELPHIS_INC



踵上げ運動



園芸倶楽部



料理クラブ



神経衰弱

踵上げ運動

踵上げ運動は、血流促進、冷えやむくみの改善へつながります。心臓は全身に血液を送り出すためのポンプの役割がありますが、ふくらはぎは「第二の心臓」と呼ばれ、ふくらはぎを鍛えることで、血液の流れが良くなり、心臓からの新鮮な血液が毛細血管の隅々まで行き渡らせる事ができます。

園芸倶楽部

ついに、続々と収穫ができました
✨自分達で育てた野菜は、出来上がると嬉しいですね🎵
※美味しくいただきました✨

神経衰弱

頭の体操に、真剣衰弱を行いました😊次々にめくられるカードを覚えるのは、なかなか大変でしたが、楽しく行えました。

お茶菓子イベント

7月は、季節ならではの「スイカパフェ」や、くじを引いてあたった果物が食べられるフルーツくじ大会を行いました。どちらのパフェも利用者様にとても喜んで頂けました。次回開催もお楽しみに(^^)



フルーツくじ

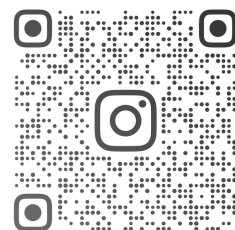


スイカパフェ

和み堂はばたき activity report



ホームページ



MELPHIS_INC

☎ 0480-26-2150 担当: 宍戸