

梨雲苑デイサービスセンター通信

# まいどはや

第28号

男 湯



浴室内ヒーター  
で暖かい

浴内には腰掛  
もあります



女 湯



大きな窓で  
採光性good



R5年9月から始まった浴室等の改修工事がR6年1月によりやく  
終わり、皆様には以前のように梨雲苑デイサービスにて入浴  
サービスをご提供できるようになりました。皆様にはご理解  
とご協力を賜り誠にありがとうございました。今回から男湯  
と女湯に分かれ、新しく綺麗で温かい環境にてよりゆっくり、  
ゆったりとしたお風呂を楽しんで頂ける様になりました。  
ご利用者様からも喜びの声を多く頂き、励みになっています。  
今後も皆様に笑顔で楽しく過ごして頂ける様に努めてまいり  
ます。

足の不安がある方でも  
安心して入浴できます

環境が一押し、明るく  
温かい環境で入浴して  
頂けます



椅子浴



寝台浴

脱衣室にトイレ  
も付きました。

脱衣室トイレ



女湯脱衣室

入浴後は大きな鏡の前で整  
容できます。

ドレッサールーム



お風呂&トイレが  
新しくなりました!

男性トイレ



女性トイレ



**ボランティアしてみませんか**

・入浴後の整容・話し相手 etc...  
火～木、土の午前中  
週1回1時間～お待ちしております。  
申込み、お問い合わせは  
梨雲苑デイサービスセンター 担当：野崎まで



Copyright©社会福祉法人 梨雲福祉会 All Rights Reserved.

社会福祉法人梨雲福祉会公式フェイスブック  
& インスタグラムを開設しています。  
法人内行事や様々な情報を発信しています。



ホームページも  
是非ご覧下さい

梨雲苑

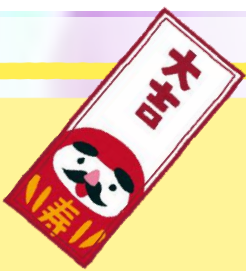
検索

<http://www.riunen.com/>

発行：社会福祉法人梨雲福祉会  
梨雲苑デイサービスセンター  
〒930-0142富山市吉作1725  
TEL(076)436-2002 FAX(076)436-2165

# 1月

職員お手製のおみくじで  
運試し！！



# 2月

節分にて無病息災  
を願いました！！



# 3月

季節のおやつ作り  
★桜餅★



# 健康のススメ



## 脳足トレーニング

脳足トレーニングとは…

脳トレと下肢のトレーニングを同時に行う多重課題（デュアルタスク）のことです。脳足トレーニングをすることによって認知症の進行を予防する脳トレと下肢の活動量を上げることができます。

下肢の運動と認知症予防のトレーニングを一度に行うことで、下肢の活動量が増え、なおかつ脳活性を行うことができます。

MC I（軽度認知障害）の方や加齢に伴う物忘れに悩んでいる方に効果的です。

## トレーニングの一例をご紹介します

足踏み脳トレ

倍数で拍手

- ① 1 から 30 まで数を数えながら足踏みをする
- ② 3 の倍数の時に手をたたく



## レベルUP

難易度を設定し体を動かす



**a. 「はとぽっぽ」の歌に合わせて**

- ① 足踏みする（8回） → ② 手をたたく（8回） → ③ 手と足の動きを同時にする（8回）

**b. 大きな声で「全力体操グー・チョキ・パー」**

- ① グー：体を丸める → ② チョキ：手はY字で足はクロス → ③ パー：手と足を大きく開く