



さんけい便り

私たちの想い……

- ・ 患者様を一番に大切にいたします。
- ・ よき医療人の育成に努めます。
- ・ 患者様の生き甲斐（QOL）の向上を目指します。
- ・ 常に健全な経営を目指します。
- ・ 地域とのつながりを大切にします。

～ 患者様により良い医療、ケア、サービスができるよう
職員一丸となり努力しています！ ～

さんけい便り第3号！！

「さんけい便り」も第3号となりました！
今回は、当院での日常実施しているレクリエーション活動や作業療法での作品をご紹介します。（介護療養病棟）

このおたよりを通じて当院を更に知っていただき、より良い生活のお役にたてればと思いますのでよろしくお願いいたします。

レクリエーションの目的と効果

高齢者がレクリエーションを行う目的は大きく分けて3つあります。

第一が、身体を適度に動かすことで身体機能の維持や向上を図るというもの。普段の生活で高齢者の方は身体を動かす機会が減り、筋力の低下や介護度の進行などの恐れが大きくなります。

第二の目的はレクリエーションを通じた脳の活性化です。手先や頭を使うことで脳を活性化し、認知症の予防や認知症症状の進行を遅らせるなどの働きがあるとされています。

そして第三に挙げられるのが、レクリエーションを通じた人とのコミュニケーションの活発化や生きがい創出によって高齢者の方の生活の質（＝QOL）の向上を図るというものです。

生活に適度に取り入れることで、高齢者にとって様々ないい影響を及ぼすことが期待できます。



また、食べ物を咀嚼して飲み込むためには、唾液、舌の動き、頬、体の筋肉などの総合的な働きが必要です。口腔機能回復を図る目的で昼食の前に左図のような嚥下体操も行っております。

それでは！みんなで作った作品を紹介します。（作ってくれた方たちは要介護度4と5の方たちです）



← **桜の季節に作りました。花びら一枚一枚を和紙を切って貼り付けました。桜の色がとてもキレイに表現できました。**

※このような作業をしている時は、いつも離床してもすぐに横になりたがる方がずっと車椅子に座って作業してくれていました。

梅雨入り前に、折り紙を折って花びらに → 紫陽花の感じが伝わってきますね。

※この他に実施している歌唱レクでは、普段言葉がうまく発音できない方が、ニコニコしてしっかりとした口調で歌ってくれています。



← **ひまわりです。夏の感じが出てますね～セミの声が聞こえてきそうですね。**

※この他にも、折り紙、風船バレーボール、塗り絵なども行っています。塗り絵も、最初の時は手に力が入らずに薄くしか塗れなかったのが、今ではしっかり色も出て、自分で色を選んで塗っています。

次の機会には、作業風景を紹介したいとおもいます。