

# おもてなし便り



平成28年8月号

★静岡県湖西市岡崎2254-2

★日ノ岡デイサービス

★(053)573-2252 担当:木本



## 音楽療法



8月14日(土)の午後、音楽療法士の方をお招きし、1時間程、音楽療法を行って頂きました。  
音楽療法とは、音楽を聞いたり演奏したり歌ったりする際の、生理的・心理的・社会的な効果を応用して、心身の健康の回復、向上を図る事を目的とした療法です。老若男女問わず、歌を聞いたり歌ったりすることは、多くの方が好きですよね。さらに、手足を動かす事で運動機能にも働きかけますので、一石二鳥・・・いや、一石三鳥ぐらいあります。

利用者様もとても楽しみにされていました。  
はじめに、呼吸法により心と体をリラックスさせていきます。  
次に、春の歌に合わせ、軽い運動です。筋肉がほぐれ、血行が良くします。「なんか、手足があたたかくなった(\*'▽')」なんて声も聞かれました。



その後、懐かしの歌を歌いながら、昔の記憶や季節の感覚を呼び起こします。また、「リンゴの唄」「青い山脈」で長い息を使い強く歌うことで、言語訓練、ストレス発散等の効果を狙います。  
楽器の鳴子を使用し、歌に合わせて音を鳴らし、リズムや音を楽しみます。  
最後に、「夕焼け小焼け」を歌って、心を落ち着かせたら終了です。  
皆さん、最後まで取り組まれていました。とても有意義な時間となりましたよ(^~♪



## 回想法 オハナカフェにて(7月17日 日曜)



日ノ岡デイサービス内を利用し、毎月第3日曜日を定期開催しているカフェですが、今回は回想法を用いた映画上映を行いました。回想法サポータークラブというボランティアの方にお越し頂き、「若き日の豊田佐吉」という50年以上前に湖西市にて撮影された懐かしの映画を流しながら、当時の様子を説明して頂きました。地域の方9名、ケアハウス燦光の方々8名、GH入居者様に参加されました。最後には感動の涙を流される方もおり、感動作でした。

ちなみに、今年は豊田佐吉の生誕150周年であり、湖西市も盛り上がっています(\*'▽')



↑イケメン俳優でした★



↑サポータークラブの担当者様。



## 7月の誕生日会にて

7月1日(金)。今日は午後のオヤツの時間に7月のお誕生日会を行いました。

恒例ですが誕生日の歌を皆様で唄い、ケーキの火を吹き消して頂き、職員が作成したお誕生日カードをお渡ししました。

お渡しする際に作成した職員からのメッセージを読み上げながらお渡ししていきました。

お誕生日はいつになっても、おめでたいことですね!7月生まれの方の中には90歳代の方もいらっしゃいます。今から90年前とは・・・?と職員も考えてしまいます。

いつまでも今のままで元気に長生きして下さいね(#^.^#)



HAPPY BIRTHDAY