



Hanazono Care Center 令和4年10月号

# はなぞの小規模便り



## 誕生会



## 敬老会



10月 ワンポイントリハ  
～ここだけは押さえよう～



池崎 大悟  
(理学療法士)

### 「認知機能向上訓練 について」

認知機能向上体操とは、「体の運動」+「頭の体操」を同時に行うことで、脳を活性化させ認知機能の改善に効果があります。

- 【効果】
- ①脳の血流量を上げることができる
  - ②前頭葉を活性化させる
- 【方法】
- 計算やしりとりなどの認知課題やウォーキングなど、同時に行うことを日常生活に取り入れて慣れてきたら徐々に難易度を上げてみましょう。

## 秋に解きたい雑学クイズ！

第①問 秋の風物詩の一つイチョウ並木の中には、実が全く落ちていないところもあります。その理由は次のうちどれでしょうか？

- 1 鳥が身を食べてしまうから
- 2 イチョウの木が全てオスだから
- 3 品種改良を行い実がつかないから



第②問 日本の秋の味覚の王様とも言えるのが「松茸」ですが日本以外ではあまり食べられません。その理由は？

- 1 臭いから
- 2 形が悪いから
- 3 日本以外では育たないから



答え 第①問 2 第②問 1

## お知らせとお願い

新型コロナウイルスに誰がいつ感染してもおかしくない状況にあります。自身を守り、大切な人を守る為にも改めて一人一人の感染対策の徹底が重要となっています。皆様に安心してサービスをご利用頂く為に

- ①「ご家族様の体調・周囲の感染状況」の確認を引き続き行わせて頂きます。また、はなぞのケアセンター施設関係者でコロナ陽性の確認がされた際は、お休みなど依頼をすることがありますので、ご理解ご協力の程、宜しくお願い致します。
- ②「県外への行き来や接触」

## 今月の行事予定

- ・誕生会
- ・秋祭り

複合ケアホーム はなぞのケアセンター  
〒860-0072  
熊本県熊本市西区花園7丁目25-23  
TEL: 096-359-3399  
FAX: 096-359-3330  
<http://www.kumamotokousei.jp>

