



10月になり朝夕の風に涼しさを感じられ秋の気配が訪れています。今月のデイ通信は9月に行われた「敬老会」の様子をお届けします!  
今年10名の賀寿者の方にお越しいただき、午前中表彰を行いました。その後、職員によるお祝いの舞を披露! 温かい拍手をいただきました。昼食は茶碗蒸しや揚げたての天ぷら、お腹いっぱい満足していただきました。午後からご利用者様から踊りの披露と、職員による劇を行いました。笑いと、感動のある劇を楽しんでいただき、職員一同とても感謝しております。  
10月も楽しい行事を予定しております。みなさまぜひご参加ください☆

### 熊本弁クイズ

今回も河内ならではシリーズでいきたいと思っております!  
皆さまの住んでいる地域で聞き馴染みのある熊本弁はありますか?  
答え合わせが楽しみですね!!

- ① ゆうらしか
- ② よめあざ
- ③ わまかし

答えは脳トレの時間に...

### ワンポイントリハ

これだけは押さえよう

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  
長期・短期記憶のパフォーマンスを増大させます。
- ② 前頭葉の活性化させる  
前頭葉に刺激を与え続けることが認知機能低下の予防に繋がります。

方法

簡単な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の中に取り入れて慣れてきたなら難易度を上げて行いましょう。

詳しくは、理学療法士の西迫まで。

### 今月の目玉イベント

2日 リバー秋の大運動会

9日 トレッキングツアー(藤本編)

16日 料理の鉄人(郷土料理)

23日 (初)白石師範のやさしい書道

30日 10月合同誕生会

日	月	火	水	木	金	土
2	3	4	5	6	7	1
リバー秋の大運動会	言葉探し・算数	言葉探し・算数	漢字・算数	漢字・算数	熊本弁クイズ	8 お休み
	スリッパ飛ばし	スリッパ飛ばし	カーリング	カーリング	カーリング	
9	10	11	12	13	14	15
トレッキングミステリーツアー	しりとり迷路・算数	しりとり迷路・算数	間違い探し・算数	熊本弁クイズ	間違い探し・算数	お休み
	玉入れ	玉入れ	輪投げ	輪投げ	輪投げ	
16	17	18	19	20	21	22
料理の鉄人めざせミシュランの星★★★	国語・算数	国語・算数	社会・算数	社会・算数	社会・算数	お休み
	天の川ゲーム	天の川ゲーム	さかな釣りゲーム	さかな釣りゲーム	さかな釣りゲーム	
23	24	25	26	27	28	29
白石師範のやさしい書道(小筆もOK)	しりとり・算数	熊本弁クイズ	漢字・算数	漢字・算数	漢字・算数	お休み
	ボーリング	ボーリング	玉入れ	玉入れ	玉入れ	
30	31	<b>新型コロナ感染対策について</b> ※日頃からのコロナ感染拡大防止のご協力誠にありがとうございます。引き続き手洗い・手指消毒・マスク着用をお願い致します。また、インフルエンザ予防接種の時期にもなりました、予防接種が済まれた方はご報告お願い致します。				
10月合同誕生会	熊本弁クイズ					
			ゲートレク			