

日頃よりデイサービスセンターずっと・そっとをご利用いただき誠にありがとうございます。  
少しずつ寒さが増し、朝夕の冷え込みに冬が近づいていることを感じる季節となりました。  
インフルエンザも流行する季節となりますので、皆様の体調により一層気を配りながら、安心  
してご利用いただけるよう努めてまいります。

## 音楽療法

月に数回実施している音楽療子は、楽しみにされている方が多くいらっしゃいます♪  
大きな声で歌ったり、色々な楽器を演奏したりと、皆さん楽

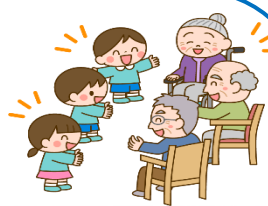
皆さんが手に持っている楽器は「トーンチャイム」という楽器で、柔らかく澄んだ音色が特徴です。腕や手を使って鳴らすことで、筋力の維持や関節の柔軟性を

音楽に合わせて体を動かすことで脳が刺激され、記憶力や注意力の向上、認知症予防に繋がります。また、歌うことで口周りの筋肉も鍛えられます。大きな声で歌うことで気分転換にもなりますよ♪



## 園児との交流

ホールで過ごしている時も、外で過ごしている時も、こども園の園児と交流する機会が多くあります。皆さん、こども達との交流で自然と笑顔が増え、とても楽しそうです😊



10月31日は「ハロウィン」でしたね🎃  
ずっと・そっとでは、ピニャータを割るゲームで楽しみました🎵

ピニャータとは・・・  
中にお菓子やおもちゃが入った紙製のくす玉で、メキシコや中南米のお祝い事で使われるそうです。スイカ割りのように棒で叩いて割ると、中身が飛び出てき

利用者さんと職員とで作ったピニャータ



最初は優しく叩いてみようかな



強く叩くと『バンッ!』と大きな音が👂



だいぶ凹んできたけど、なかなか割れません・・・



最後は男性陣に思いっきり叩いてもらい、見事割れました🍊



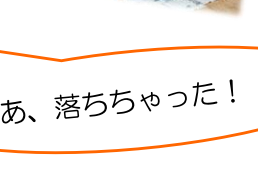
中身は紙吹雪でした!



ピニャータを叩き割る行為には【悪いものを追い払う】という意味もあるそうです。



あ、落ちちゃった!



～準備の様子～

皆さんに、壁面の飾り文字やピニャータ、紙吹雪作りをしていただきました😊

