

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。
年が明け新しい1年が始まったと思ったら・・・あっという間にもう4月ですね😊
春の暖かさを感じられる日も増え、桜の開花が待ち遠しい季節になりましたね🌸
これからも季節を感じながら、皆さまと一緒にさまざまな活動を楽しんでいきたいと思ひます。

おやつレク「ホットケーキ作り」

3月10日・11日はおやつレクリエーションとして、「ホットケーキ作り」を行いました！ホットプレートで皆さんで協力しながら生地を焼き、焼きあがったホットケーキにはお好みのものをトッピングして、オリジナルホットケーキを楽しみました♪ホール内はホットケーキの良い香りに包まれ、和やかなおやつタイムとなりました😊

生地をたっぷり準備！

可愛い形のホットケーキも焼いてみました☆

トッピングはフルーツやあんこ、生クリームなどをご用意😊

自分たちで焼いて食べるのもいいね！

皆さんお好みのトッピングを選びました😊

好きな大きさ、形に生地を焼いていきます。

一緒にひっくり返しましょう♪せーのっ！

美味しく焼けてきたね☆

真ん丸の生地が綺麗に並んでますね～😊

うまくひっくり返せるかな？

美味しいね！

たくさん焼きましたよ！

脳も手も動かして、楽しくクッキング

- ★生地を混ぜる・焼く・ひっくり返すという動作が手指の運動になります。
- ★「次は何をする？」・「焼き加減は？」と流れを考えることで、認知機能の刺激になります。
- ★ホットプレートを囲んで皆で調理することで、自然と会話が生まれ、コミュニケーションの促進につながります。

音楽療法で心と体を活性化

月に数回開催している、新田先生(音楽療法士)による音楽療法は、皆さまに人気のプログラムです♪大きな声で歌ったり、リズムに合わせて体を動かしたり、楽器を演奏してみたりと、メロディによって楽しみながら心と体を活性化★

大きな声で歌うことでいい気分転換に😊

楽器演奏は、音を鳴らすタイミングを意識することで、注意力や判断力をトレーニング。

少人数での音楽療法は、機能訓練を組み合わせ合わせたプログラムとなっています。

外の空気を感じましょう

寒い冬が終わり、ようやく暖かい春の日差しとなってまいりました😊
これからの季節、敷地内には色とりどりの花が少しずつ咲き始め、木々の緑も鮮やかになっていきます🌿
外の空気に触れることで気分もリフレッシュされることと思いますので、無理のない範囲で、外での活動も楽しんでいきましょう！