

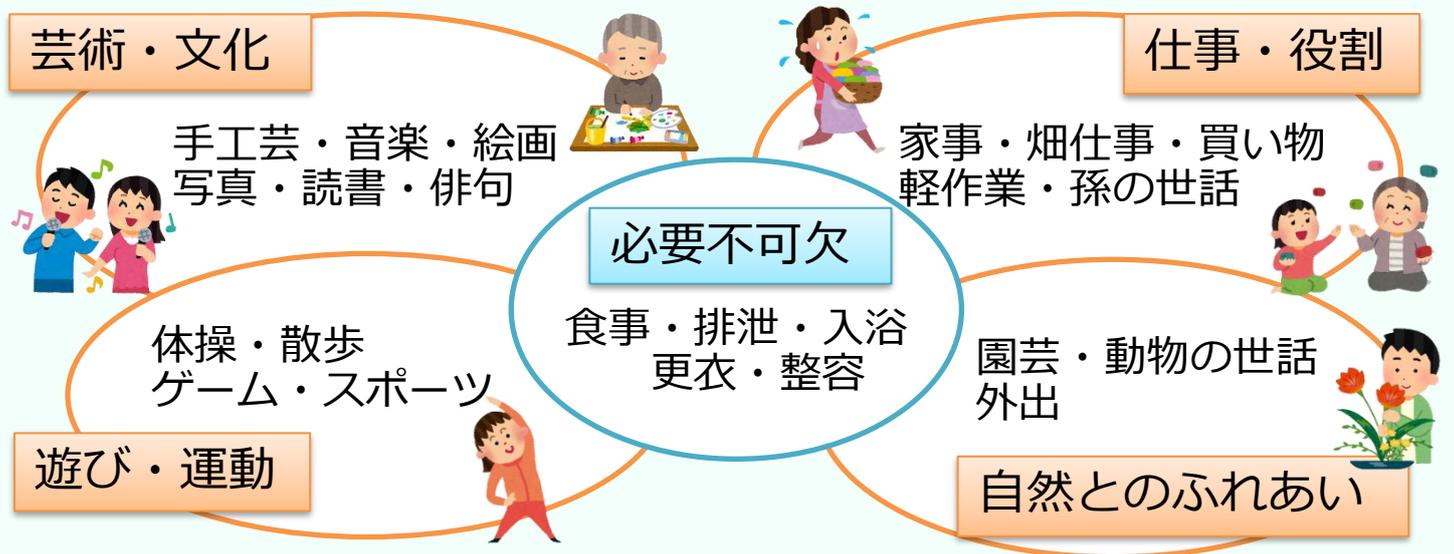


## アクティビティで心身をリフレッシュ！

まだまだ暑い日が続きますね。好きなことで息抜きをして心に潤いを与えましょう！

### アクティビティの目的や効果

- ◎ 活動を通して自然に指先や身体を動かすことができ、**脳の活性化**になる
- ◎ 楽しみや生きがいに繋がり、**心の充足感**や**生活のモチベーションアップ**
- ◎ **家族や友人との交流**が深まる など



**身体 + 心 の栄養が大切です！！**

(※活動は一例です)

### 利用者さまの様子

【Tさん】 80歳代女性 要介護3  
病前の趣味：庭で花を育てること



1人で庭へ出ることによる不安や転倒  
リスクあり。鉢植えで花を育てら  
れるよう提案・調整。



毎日、花に水をあげる  
のが、楽しみであり  
日課になっています。



**おいせ** お盆期間中も**通常通り営業**します