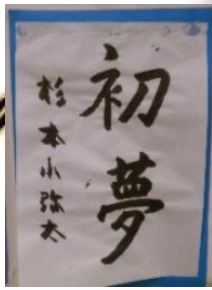
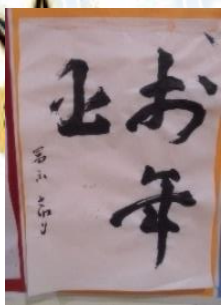


# ほっこり通信

No.17

介護老人保健施設  
サンセール世田谷大蔵



新年にちなんだ作品の数々

高信 昇様作品

2019年がスタートしました。  
入所者様の書道作品で、フロアはお正月の  
雰囲気いっぱいです。



熱心に書道に取り組む様子

山田 和夫様撮影



各階に色々な作品を展示



各フロアの壁面には通所者様の作品やボランティアの方によるお写真でとても華やかです。リハビリをされる方々も作品をご覧になりながらスタッフとの会話を楽しんでいらっしゃいます。今年もどんな作品が展示されてゆくのか楽しみです。

通所フロアからは季節にちなんだ歌を歌われる

入所者様方の歌声が聞こえてきます。

歌を歌う事には健康に良い効果が  
多くあるそうです。

例えば運動の代替。

歌を歌うには横隔膜の上下運動が必要で  
内臓マッサージの効果があります。

内臓が刺激を受け、働きが良くなります。

呼吸量も、多くの酸素を取り入れることで増加し、血液の循環も活発になります。

グループになって歌うことで、喜びや感動を共有でき、

ストレス軽減にも役立ちます。



## 2月の予定

- 4日 (月) ボランティア 二胡
- 5日 (火) フラワーアレンジメント
- 14日 (木) 理美容
- 19日 (火) フラワーアレンジメント
- 25日 (金) 理美容

