

敬老の日にバイオリンの生演奏



今年は、敬老の日にバイオリニストの大久保ちえみ様とピアニストの佐藤和子様に来ていただき、生演奏をしていただきました。曲名は、外国のよく聞く曲もありましたが、日本のもみじ、里の秋、月の砂漠、星

に願いを、見あげてごらん夜の星を、ふるさとなど、利用者様のなじみのある曲も登場して、歌詞を口ずさんでおりました。「生演奏を聴けるなんて幸せだよ！」と皆さん感激していました。

S
S
み
ら
い
新
聞

第 37 号
2016 年 9 月
発行責任者
新津 尚



楽しく笑った「笑いヨガ」



くもんの学習療法

KUMON

学習療法センター

子供の学習でおなじみの「くもん学習」ですが、認知症の改善や予防に役立つ学習療法を提唱しています。当SSみらいでも現在導入を考えていますが、東北大学の川島教授が研究で良い成果を出しており、その成果が出る教材を用いて認知症の改善をしていくものです。

恒例となりました「笑いヨガ」を今月も開催しました。何度も体験している利用者様は、もう慣れたもので、ノリノリに大笑いをしていました。また、笑うこと自体が面白いので、ハンカチで涙が出るのを拭きながら笑った方もいらっしゃいました。そして、笑いヨガの笑いに、感極まり涙を流す場面もたくさんありました。

いろいろな研究の結果、「笑いの効用」はいろいろな本にも紹介されていますが、その中でも「笑いヨガ」は、特に簡単に誰でもどこでもできる健康法と