

ひな祭りに行ってきました



中央市の豊富郷土資料館でお雛様を飾っていただきましたので、皆さんで見学に行きました。昔の見事なお雛様がたくさんあり、「よく取ってあるね」「えらい昔のやつじゃん」などとても楽しみながら見学しました。

資料館の方では、昔の生活風景や養蚕の様子わかる展示がたくさんあり、「俺ちでもやってただ〜」「あれ、すごい

古いもんがあり懐かしい！」と口々に話していました。また、甲州弁の一覧表を見ながら、「おお、言う言う、私んとう今でも使っているじゃんけ」っと楽しく甲州弁を読んできました。楽しい1日でした。

シナプソロジーって？



いま、急速に「シナプソロジー」が普及し始めています。これは、「認知機能低下予防」をするためのプログラムです。いろいろな動作をしながら、脳に新たな刺激を与えることによって、脳を楽しく混乱させることで、認知機能を向上させるプログラムです。

この研究は、筑波大学体育系研究室、昭和大学脳神経外科などで研究開発され、効果検証もされてきています。

65 歳以上の方々の一番なりたくない病気 N01 は「認知症」です。認知症にならない、改善していくことを目指し、当施設でも今後取り入れていく予定があります。

バイオリン演奏を楽しみました



今月もバイオリン奏者の大久保さんとピアノ演奏の佐藤さんに来ていただきました。

今回は、春の訪れを現わす曲を 10 曲弾いていただきました。近所の方も、生のバイオリン演奏ということで、参加された方や面会でいらっしゃった方が一緒に聞かれました。

皆さんで、とても有意義な時間を過ごすことが出来ました。