

平成 25 年 4 月 12 日

発行元 社会福祉法人博愛会 ルーエハイム
電話番号 372-3811 (代表)

桜の季節も終わり、いよいよ春らしくなってきました。皆様いかがお過ごしでしょうか。4 月になり、ルーエハイムにも新人職員がやってきました。職員一同、これからも新しい気持ちで頑張りますので、今後もよろしくお願い致します。



介護予防特集 物忘れを予防しよう！

物忘れの原因は、いくつかありますが、一般的には「脳の衰え」です。

耳にすることも多いですが「頭を使うことをすると脳が活性化されるので、物忘れを防止することが出来る」と言います。

物忘れを年齢のせいにして何もしないと、脳の衰えが進むこともありますので、積極的に脳を使うように心がけたいですね。今回は、ことわざの意味を考えて、物忘れ予防にチャレンジしましょう！！

<ことわざの意味は何ですか??>

- 1、カモがネギを背負ってやってくる
- 2、犬が西向きゃ尾は東
- 3、猫の手も借りたい
- 4、獅子の子落とし
- 5、タヌキが人に化かされる
- 6、サルに烏帽子
- 7、能あるタカ(鷹)は爪を隠す
- 8、張り子のトラ(虎)



<答えは裏面です>



平成 25 年度 5月の介護予防教室のお知らせ

ルーエハイムでは、地域の「いきいき介護予防事業」として、太極拳教室・調理や講話など管理栄養士による栄養教室・転倒、尿失禁予防体操教室などを開催しております。

興味・関心ある内容の教室だけでもご参加頂けますので、お気軽にお問い合わせください。

男性の方も是非ご参加ください！！お待ちしております。

開催日：平成25年 5月10日(金)頭の体操教室

17日(金)太極拳

24日(金)体操教室

時間：午後 1時 30分 ~ 2時 30分

場所：ルーエハイム 2階 相談室

参加費：無料

募集対象者：概ね65歳以上の方、または介護予防に関心のある方



ルーエハイムより各地域への送迎も行っております。 ご希望の方はお申し出ください。

駐車場もあります。

お申し込み、お問い合わせ先

お電話にてお申し込みください

住所：鈴鹿市長法寺町763番地 特別養護老人ホーム ルーエハイム

059 - 372 - 3811

担当：安田・浅岡・大西

<ことわざの答え>

- 1、複数のうまい話が都合よく重なること
- 2、当たり前の方がわかりきっていること
- 3、忙しくて人手が足りないこと
- 4、自分の子供に試練を与えその才能を試すこと
- 5、だまそうとして逆にだまされること
- 6、人柄にそぐわない服装や言動をすること
- 7、優れた能力の持ち主はそれを他人に自慢しないこと
- 8、弱いくせに見栄を張って強く見せようとする事

皆様、ご存じのものばかりだったと思いますが、実は、私も「あれ？」と考えしまったことわざがありました。これからも脳を使うことをしていきましょう。