

## 風楽の家 《 認知デイサービス 1日の流れ 》

- ★ 『認知症の予防や回復を目指す多くのプログラム』を考え、今できる事を利用者の方と一緒に  
見つけていき、楽しみや喜び、達成感を感じていただけるよう工夫をしています。
- ★ 他愛もない会話を楽しみ、悩み事、相談事を傾聴することで、一人ひとりに寄り添います。
- ★ 看護スタッフを配置しており、機能訓練の充実を図りながら、安心してご利用いただけるように  
努めています。

時間	主な活動	内容	職員の留意事項
8:00	送迎	遠方の利用者の方や指月苑のお迎え	・歩行や表情に変化はないか、利用者の状況を確認する。
8:30		近場の利用者の方や和光園のお迎え	
9:00	受入れ	手指消毒、うがい、お茶用意	・声かけの反応も注意して観察する。
	バイタルチェック	体温、血圧、脈拍、酸素飽和度測定	
9:20	入浴	入浴	【余暇活動の支援】 ・個別支援では自分のできることを考え、テーブル拭き、コップ集め、タオルたたみ、茶碗洗い等できる範囲で提供する。 ・自宅でできる事を考え、生活に活用できる事の訓練の場を提供する。 ・テレビ(DVD)視聴、カレンダー作成、塗り絵、脳トレ問題、製作など、利用者個々の興味がある物を提供する。
		余暇活動 写真① ・各自できる個別支援、季節に応じた製作 塗り絵、脳トレ問題 トイレ誘導など	
11:30	昼食	食事誘導、嚥下体操 口腔ケア、トイレ誘導	・誤嚥防止、食事姿勢、むせ込等に注意を払う。
13:00	静養	静養、ビデオ・テレビ鑑賞、各自活動	・個々に合わせ、静養やテレビ・DVD鑑賞等、各自活動を提供する。
13:50		水分摂取、検温、トイレ誘導	
14:15	リハビリ体操		
14:30	レクリエーション 1	活動レク(創作レク) 写真②～③	・日によって1と2が入れ替わる事もあり。 ・季節の行事やドライブもあり。
15:00	おやつ	手作りor既製品のおやつ提供	・おやつレクの時は、手作りおやつ(簡単な作業のみ)を利用者と一緒に作り、食べていただく。
		トイレ誘導	
15:30	レクリエーション 2	創作レク(活動レク) 写真④	・日によって1と2が入れ替わる事もあり。 ・季節の行事やドライブに取り組む。
16:15	送迎		・夕焼け小焼けを楽しく歌って気持ち良く帰っていただく。

## レクリエーションの内容

余暇	創作	活動	機能 訓練	プログラム	内容	ねらい	職員の留意事項
○		○		作業活動	塗り絵 カレンダー塗り絵 習字 等	<ul style="list-style-type: none"> <li>自己決定ができるように季節の絵や書きたいものを自分で選んでもらう。</li> <li>作品を飾ることで、他者の作品を見て刺激を貰えるよう工夫する。</li> <li>色使いでその時の気分や感情がくみ取れる。脳や手先の機能を維持することができる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>職員は直接的な支援をしすぎないことを意識し、助言する。</li> <li>塗り絵はクレパス使用。クレパスの認識が出来ない方は色鉛筆を勧める。習字は筆ペンや水で書ける習字を提供する。</li> <li>自己決定やその方の能力を尊重する。</li> </ul>
					50音パズル	<ul style="list-style-type: none"> <li>脳機能の活性化。字の認識。</li> </ul>	
○	○	○		創作・作成	ちぎり絵 折り紙 季節の飾り 等	<ul style="list-style-type: none"> <li>脳機能の活性化。</li> <li>壁や窓に貼ることで季節感を味わってもらおう。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>本人の能力を引き出し、出来上がりは個性を大切に作る。</li> <li>上手さは求めない。</li> <li>あくまでも自分の力で行う。</li> <li>なるべく手は出さない。</li> </ul>
		○	○	個人ゲーム	パターゴルフ つかみはok 輪投げ 魚釣り等 等	<ul style="list-style-type: none"> <li>他者と競争することができる。</li> <li>脳機能や身体機能の維持、集中力を培う。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ゲームを行う場合は、その方の体力や体調などに配慮する。無理強いはいしない。</li> <li>お互いの頑張りには声をかけ合わせたり、拍手したりして、認め合わせる。</li> </ul>
		○		団体ゲーム	風船バレー ボールを使ったゲーム 紅白玉入れ リレー形式 音楽レク 等	<ul style="list-style-type: none"> <li>他者との交流や協力、楽しさや生きがいを生み出すきっかけとする。</li> </ul>	
		○	○	運動	下肢筋力運動 棒体操 ボール体操 手ぬぐい体操 等	<ul style="list-style-type: none"> <li>下肢筋力低下予防、体力低下予防、腰痛予防など、身体を使う事でリフレッシュができる。</li> <li>脳機能の活性化を図る。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>運動だけでなく、脳機能も使うよう2つの動作を同時に行なう工夫をする。 (例: 身体を動かしながら、歌を歌う。)</li> </ul>
○		○		脳トレ	回想 算数や国語問題 指先運動 ジャンケン 等	<ul style="list-style-type: none"> <li>昔を振り返り、テーマに沿って自由に話す。</li> <li>算数や国語などの簡単な問題に挑戦する。</li> <li>新たな情報収集、脳機能の活性化を図る。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>昔を振り返る事で、記憶がよみがえるように質問など行う。</li> <li>利用者情報に書かれてない事も引き出せ、本人にも新たな発見ができる。</li> <li>楽しみながらできるよう工夫する。</li> </ul>
		○	○	おやつレク	おはぎ ねったぼ どら焼き 等	<ul style="list-style-type: none"> <li>過去の行事等を回想できる。</li> <li>作る喜びや食する喜び。指先の機能維持、嗅覚機能の維持。</li> <li>集中力。意欲の向上を図る。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>簡単な工程を提供する。</li> <li>ホットプレート等、料理器具を使用する時は火傷に気をつける。生地を生で口にしないよう注意する。</li> </ul>
		○		園芸	野菜の苗植えや収穫 花の苗植え 草むしり 等	<ul style="list-style-type: none"> <li>野菜や花を畑に植える事で季節感を味わえる。</li> <li>土をいじる事で昔を思い出したり、新たな興味を引き出す。</li> <li>脳機能の活性化、意欲の向上。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>畑で作業ができる方とできない方がいるので、利用者の状態を見て、畑作業と室内でプランターでの作業に分ける。</li> </ul>
		○		外出レク	ドライブ	<ul style="list-style-type: none"> <li>昔馴染があった場所や季節を感じられる場所へドライブする事で昔を思い出したり、季節感を味わえる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>季節感を味わうよう季節が味わえる場所にドライブに行く。</li> <li>個々の記憶を思い起こさせるよう支援する。</li> <li>安全運転を徹底する。</li> </ul>
					散歩	<ul style="list-style-type: none"> <li>外の空気を吸う事でリフレッシュや行き場所探しができる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>本人の意向を聞きながら安全に歩行援助を行なう。</li> </ul>

※ レクリエーションに参加していただくと、楽しみながら身体と心をリフレッシュしていただけます。

※ また、多くの人と交流していただくことで、身体のような機能が高まります。

# ① 余暇活動



## ② 活動レク



### ③ 活動レク

おやつレク



ドライブ



#### ④ 創作レク

