

サバティ新聞

- 川崎宮前店版 -
2022.5月号

脳トレで脳を活性化しましょう！

年齢とともになかなか言葉が出てこず「あれ」「えっなんだっけ」などの言葉が増えてきますね。それは、前頭前野や前頭葉・海馬といった脳の働きが低下することが原因です。脳の働きを向上させるためには、脳を活性化する必要があります。脳の活性化、それは「脳血流が上昇する」ことです。脳血流が上昇するには、「適度な運動」のほかに「脳トレ」が効果的という研究結果もあります。サバティでは、手をグー、パーと入れ替える運動やご自宅へお送りする前にホワイトボードを使用し、言葉作りやクイズなどの脳トレを行っております。ほかの利用者様とワイワイしながらみんなで答えを考えています。わからなくても大丈夫!!「考える」ことが脳の活性化につながっているのです。今回は、サバティでよくやっている脳トレをご紹介します。みなさんで脳の活性化をしましょう! 答えは、サバティスタッフまで♪



問題

昭和に活躍した歌手9名を
タテ・ヨコ・ナナメの中から探してください

し	み	そ	ら	ひ	ば	り	す	も
か	お	い	し	か	わ	さ	ゆ	り
み	み	う	き	わ	に	い	り	ま
さ	か	も	と	き	ゆ	う	か	さ
こ	き	く	り	よ	う	す	ご	こ
さ	だ	ま	さ	し	お	ぼ	ら	ん
る	ま	り	め	ろ	ん	す	い	に
ふ	ら	ん	く	な	が	い	み	ち
し	み	か	わ	け	ん	い	ち	わ



だれかわかる人〜??



スタッフも一緒に考え中



利用者様同士の
コミュニケーションもばっちり



運動も真剣、脳トレにも真剣!



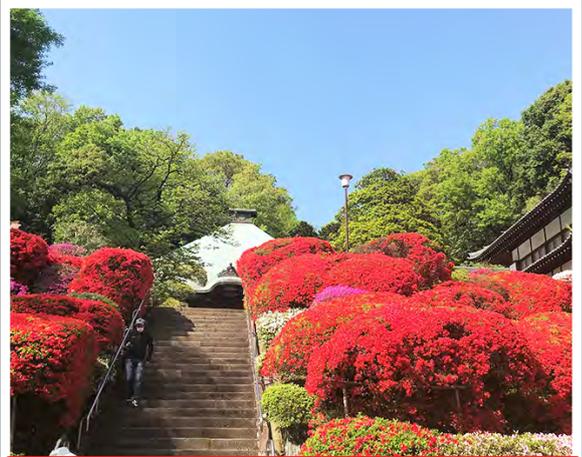
グーパー体操
いがいに難しい…

つつじ寺「等覚院」

境内には、霧島つつじ、オオムラサキツツジ、ヤマツツジと多種多様なツツジが約2,000株、所狭しに艶やかに植えられています。今年、2年ぶりに仁王門(1882建立)が開かれました。仁王門から見るつつじは色鮮やかに咲き誇り吸い込まれそうになる素晴らしさです。4月の中旬から5月上旬までが見ごろを迎えます。また等覚院はとても風格があり歴史のあるお寺。地元からも愛されているのをとても感じます。また喘息治癒、癒封じでも有名な寺院です。

所在地:宮前区神木本町1-8-1

溝の口駅 市営バス約10分 「神木本町」バス停下車徒歩5分
 登戸駅 市営バス約10分 「神木不動」バス停下車徒歩2分



真っ赤に咲く霧島つつじ、色鮮やか



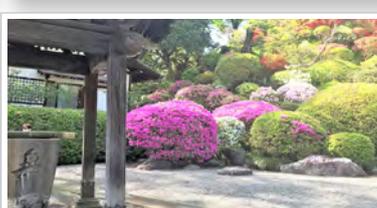
バス通りから細い路地入ると
ひっそり見えてきます



つつじのお手入れも
行き届いています



迫力ある仁王門
つつじの階段が出迎えてくれます



川崎市有形民俗文化財の手水鉢

今月のベストショット



人の温かさっていいですね♪

5月生まれのご利用者の皆様おめでとうございます!

- | | |
|-------|-------|
| 1日…… | 2日…… |
| 5日…… | 6日…… |
| 11日…… | 14日…… |
| 15日…… | 18日…… |
| 20日…… | 25日…… |
| 27日…… | |

見学・体験、随時受付中!

	月	火	水	木	金
午前	○	要相談	○	○	○
午後	×	×	○	○	要相談

・営業時間: 9:30~12:30 / 13:30~16:30
 どんなご相談でもお気軽にお問い合わせください!

電話 **044-857-3314**

ファックス **044-857-3314**



サバティ 川崎宮前店

介護保険事業所番号
1475502173

〒216-0035
 神奈川県川崎市宮前区馬絹6-17-43

<https://www.cavaty.jp/>

