

# 豊寿苑だより

1月号



NEWS LETTER

作成者: 豊寿苑 療養棟 広報部

## 回想法

12月の新しい取り組みとしてリハビリ主体で実施しました。

回想法とは昔の懐かしい写真や音楽、昔使っていた馴染み深い家庭用品等を見たり、触れたりしながら、昔の経験や思い出を語り合う一種の心理療法の事を言います。

今回は各階二回ずつ行いました、参加された入居者様は最初テーマを決めてもなかなか話が広がらない状況でしたが時間が経つにつれて少しずつ自発的に会話に参加される方や周りの方の話を聞いてからご自身の体験を語る方、写真などを見て懐かしむ姿などが見られました。

**回想法の効果**として過去の事を思い出すうちに懐かしさや楽しさなどが蘇り、穏やかな気持ちになる効果が期待される事や昔を思い出す事だけではなく、思い出した事を聞き手に語ったり、昔話をする事や昔の品物を見たりすることで脳の血流が増える事が確認されています

現在は月二回程実施しておりますが入居者様からは評判が良く今後も継続していきたいと思っております。



## クリスマス会

昨今のコロナウィルスの影響で昨年は各階で行いました。

出し物に関しても例年に比べて少なくし時間も1時間で終わるよう配慮してのクリスマス会でしたがクリスマス会が始まると入居者様大いに盛り上がり、特にクリスマス抽選くじのときには当たりを引き当てた入居者様にプレゼントを渡した際には満面の笑みで喜んでおり、周りの入居者様も拍手をして祝っていました。

出し物が終わった後は職員から入居者様全員に写真たてを配り、その写真を見て「この写真は懐かしいな」「この時期は仕事が忙しかったがやりがいがあったな」「親戚一同と合ってる時の写真だわ」等思い思いに写真を眺め楽しんでいました。

**ご家族様には写真のご協力大変ありがとうございました。来年度も入居者様が元気で健やかな日々が過ごせるように努力していきます。**

## ※皆さまにお知らせ※

新型コロナウイルス感染状況を踏まえて限定的に面会を行っております。また、タブレット面会も行っております。ご不明な点は職員へ相談ください。洗濯物につきましては変わらず、1階で対応させていただきます



R3年1月の行事  
書き初めを  
予定しております