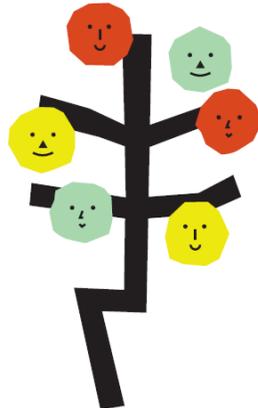




笑顔いっぱいのデイサービスです

デイサービスきんしゃい(本店)では、折り紙で『季節を感じる思い出作り』を目標に、お雛様・こいのぼり・かぶと・アヤメなど様々な作品をスタッフも一緒に「苦手な方も楽しく参加できるように工夫して」作り上げています。指先と頭を使い認知症進行予防にもつながります。皆さん『部屋に飾るね』『孫が喜ぶ』『今度、娘にみせる』など喜ばれています。



♪歌やレク・楽しい体操・美味しい手作り昼食で、一日中笑顔と元気な笑い声があふれています(*^-^*)

きんしゃい 平成31年春号 vol.54

NPO法人 きんしゃい
株式会社 きんしゃい
連絡先 〒812-0053
福岡市東区箱崎 1-29-4
TEL 092-643-6095
<http://www.npo-kinshai.com>



桜の花はもう終わり…
でも、デイサービスきんしゃい帝大前のお庭はたくさんの花を咲かせて皆様のお越しをお待ちしています。

無料体験募集中!!
お気軽に見学ください



★デイサービスきんしゃい
{西日本シティ銀行そば}
092-643-6095

★デイサービスきんしゃい帝大前
{九大正門近く}
092-260-9160



《講演&無料相談会》
5月16日(木)

- ・講演 第2回 近隣トラブルについて 13:00~14:00
- ・法律、介護、年金などの個別相談(予約制) 14:00~16:00

お問い合わせは
092-409-2259 まで

元気を取り戻す きんしゃい体操シリーズ

第 50 回 筋肉を強くすれば 100 歳まで元気！

指は『第二の脳』ともいわれ、手の先の指先を動かすと
大脳が動く

手は小さな部位ですが、骨は大小 27 本あり、
筋肉は 30 本以上あります。指の中で一番複雑な
動きをする親指の筋肉を見てみると、つけ根の膨
らみの中だけでも重なり合って 4 本の筋肉が走
っていて、脳からの指示でそれぞれ単独にまた連
動して動かすことで親指が自由に動くのです。

ここは手指の心臓ともいえる部分です。

このように手と脳の間でやり取りする情報量
は常時膨大。そのため手は体全体の十分の一ほど
ですが、大脳は手からの情報が多量のために三分
の一ほどの大きな領域をあてています。だから、
指は『第 2 の脳』とも言われるし、手の先端の指
先の感覚を研ぎ澄まし、手指を動かすと大脳が動
くのです。熱い、冷たい、かたい、やわらかい、
痛い、気持ちいい、気持ち悪い、など、ものの温
度、質感、危険度などを脳へ知らせて知覚させて
くれるのも、手です。

