高齢者能力維持・予防プログラム

STEP

Soft Training and Educational Program for aged

脳イキイキで
明るい毎日を！

医療法人　静和会
浅井病院

STEP

S oft
T raining
E ducational
P rogram for aged

高齢者の能力を『維持・予防』健康寿命を延ばそう！

1　もの忘れを予防するために

- 年を重ねるとともに脳の働きは衰えていきます。それを予防するには、脳の前頭葉を刺激することが有効であると言われています。STEPでは音読や書字、計算などを通して、脳機能活性化を促します。

2　知的好奇心を維持するために

- 創作プログラムや他者とのコミュニケーションが脳の活性化を促します。STEPでは陶芸や籐手芸などの創作プログラムや回想法などコミュニケーションの拡大を目指したプログラムを提供します。

3　いきいきした毎日のために

- 身体的な健康が気持ちの充実や安定に大きな影響を及ぼします。STEPでは健康でいきいきとした生活に役立つ基本的な体力作りや日常生活動作における姿勢、身体バランスの維持など高齢者特有の運動障害や身体機能の低下に対する予防プログラムを行います。

軽度の認知障害や認知症の初期症状を持つ高齢者に対して、知的能力の維持をはかります。また、高齢者特有の意欲低下や軽度の抑うつ状態に対して、それらを改善・予防する働きかけを行います。

STEP　週間プログラム

	月	火	水	木	金
午前	R.O. リアリティー オリエンテーション	学習	創作	書字描画	創作
午後	運動療法	陶芸	学習	運動療法	回想法

創作

毎月のお楽しみ

昼食会
美味しいお弁当が出ます！

料理
季節に合った料理を
皆さんで一緒に作ります！

海鮮丼の日
新鮮な海鮮丼が出ます！

お誕生日を祝う会
その月の誕生日の方をお祝いします！
全員お食事が出ます！

ＳＴＥＰ 年間スケジュール

1月

2月

3月

4月

5月

6月

7月

8月

9月

10月

11月

12月

■お問い合わせは

医療法人 静和会
浅井病院

〒283-8650　千葉県東金市家徳38-1
TEL　0475-58-1416（STEP直通）