

令和5年4月号

脳楽習便り

今月の『脳楽習』「花を見に行きましょう」より

ふじ
藤といえば…



あしかがフラワーパーク

所在地： けん 県

花の見ごろ
4月～5月頃

スマホカメラ
QRコード読込
問題を音読



今月のワンポイント～高齢者難聴の方との会話8か条～

65才以上の約半数に難聴があるとされます。「聞こえない」ことから「周囲との関りの減少」さらには「日常生活の低下」リスクにつながります。高齢者の難聴は、「音」は聞こえても「言葉」を聞き取りにくい特徴があります。どう話しかければ良いでしょう。

1. 呼びかけて注意をひく
2. 顔や表情が見える位置で
3. ゆっくり話す
4. 短く話す
5. 双方が交互に話す
6. はっきり発音する
7. 少し大きめの声で話す
8. 文字を部分的に使って



補聴器の注意点：補聴器は「調整（フィッティング）」「使用トレーニング」「点検」が必要です。雑音と必要な音の聞き分けなど慣れる時間が必要です

ミカタ体操動画を紹介

オリジナル

ミカタの毎日体操プログラム

作成：理学療法士・言語聴覚士・音楽療法士

内容：基礎運動＋テーマ別15編（月替わり）

特徴：音楽に合わせて・言葉と体の同時運動も

準備運動（12分）
＋
応用運動（12分）

音楽に合わせて♪

ゼスチャー・バランス

1. 音を聞いて、意味と照合し、合う身振りを出す
2. バランス運動と重心移動
3. リズムにのり、交互運動をする

例：NO.10 ゼスチャー・バランス運動



答え：「栃木県」樹齢160年 600畳敷の藤棚を持つ大藤、白藤・黄藤は4月下旬～5月上旬見頃です。日本で唯一「2014年世界の夢の旅先10選（CNN）」に選ばれています。