



## ～1病棟 秋祭り～

1病棟では「秋祭り」をデイルームにて行いました。おかし釣り、輪投げゲームを実施しました。皆さんそれぞれのブースで楽しまれていて、輪投げでは特に高い得点を獲得すると盛り上がっていました。また、アイスも提供し「美味しい」と喜ばれる方が多かったです。



皆さんの笑顔が多く見られる秋祭りとなりました。

## ～5病棟 敬老会～

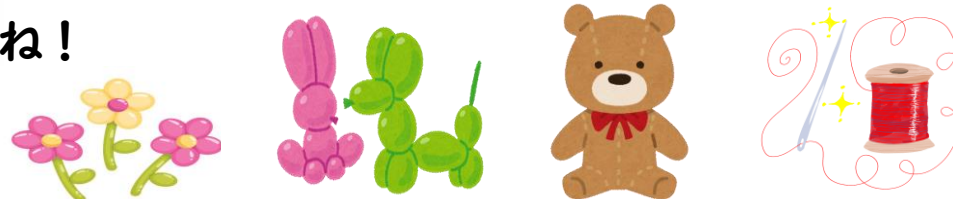
5病棟では9月11日に敬老会を行いました。「還暦」など節目に当たる方のお祝いをしています。ご長寿グッズを持って記念撮影をし、今後の抱負を聞かせてもらいました。病棟主任からお祝いの言葉を受け、カメラに向かって嬉しそうに映る姿は皆さん良い表情をされていました。デザートに提供したパナコッタやアイスの盛り合わせも好評でした。



# ～文化祭のお知らせ～

## 今年も毎年恒例の文化祭を開催することが決定しました!

感染対策に努めながら昨年同様のスタイルで、みなさんに安全に楽しんでいただきたいと思います。みなさんが文化祭のために力を入れた作品をプレイルームに展示しますので、どんな作品が並ぶのか楽しみにお待ちください! 現在も作品を募集しておりますので、皆さんのご応募お待ちしております。数々の傑作作品の鑑賞が今から楽しみです



## コラム～やり始めないとやる気はでない～

「やる気がでないなあ」という方、とりあえずやり始めることが大切です。脳の側坐核という場所には、やる気スイッチがあります。「やるぞ」と思うだけでなく、実際に何かに取り組むことが刺激となり、側坐核からドーパミンというホルモンが放出され、やる気が出てくる仕組みです。まずは短い時間でもいいので、散歩したり、作業療法に出てみたりと、何かに取り組んでみませんか?

それがやる気スイッチを押すきっかけになります。



### <編集後記>

徐々に日も短くなり、もの悲しい季節になってきましたね。寒暖の差が激しくなってくるので、調節できるような服装を心がけましょう! (S.T)