

広報オレンジ



今月の脳トレ 難易度 ●●●

秋と言えば食欲の秋。秋の食べ物を下の表から探してください。(答えは裏面)



な	し	こ	あ	せ	か
ら	さ	く	も	き	ち
つ	ま	つ	た	け	る
こ	さ	ん	ま	し	お
く	ぬ	け	り	い	ゆ
り	ぶ	ど	う	や	も

- さんま
- なし
- まつたけ
- かき
- くり
- さつまいも
- ぶどう



* 言葉はタテ・ヨコ・ナナメに隠れています
* 同じ文字を2回使う言葉もあります

ほのぼのコラム 秋の気候と喘息

夏の暑さも収まり紅葉が色づく秋。心落ち着く季節です。しかし、秋特有の変わりやすい前線や低気圧は、認知症の方にとって強いストレスとなり、喘息などの原因になってしまうのです。

人の身体は明け方の気温が低く、昼頃の気温が高いという一日の気温変化のリズムに身体の生理を合わせています。しかし、秋特有の気候によって昼頃の気温が下がってしまうと、生理的リズムが崩れ、喘息発作や咳込みだけでなくBPSDも引き起こしてしまいます。

天気予報で翌日の天気と気温を確認して、最低気温と最高気温の差が小さいときには室内を温かくしておくで安心です。

ほのぼのサロンを 開催しました

10月8日にほのぼのカフェを開催しました。『認知症とお薬』をテーマに当院薬剤師より認知症の薬についてお話しし、恒例の脳トレ体操も行いました。皆様ご参加ありがとうございました。

次回は11月13日(土) 13:00より、『認知症と音楽』をテーマに開催予定です。こちらもぜひご参加下さい。

脳トレの答え

な	し	こ	あ	せ	か
ら	さ	く	も	き	ち
つ	ま	つ	た	け	る
こ	さ	ん	ま	し	お
く	ぬ	け	り	い	ゆ
り	ぶ	ど	う	や	も