

認知症や生活不活発病の予防に

スポーツ、芸術の秋 楽しみましょう

「バルーンの 屋根に來たりし
佐賀の空」

今年もたくさんのバルーンが佐賀の空に舞い上がる季節となりました。バルーンフェスタや唐津くんちなど、佐賀の秋の祭り、イベントがこれまでのように開催され、また当院も応援している佐賀バルーンズの連勝もあり、私も大変うれしく思います。

私は入院患者さんや介護施設に入所の利用者さんらに少しでも季節感を味わってもらおうと、これまでも医療スタッフとともに、ピアノやギター、パーカッションなどを用いて定期的にミニコンサートを開催していました。歌で季節を感じたり、昔を思い出したり、リズムに合わせて体を動かしたりすることは、メンタルヘルスや認知症、生活不活発病の予防にも有効だといわれています。

今年9月に就職した当院では、毎月ロビーコンサートが開催され、9月は大川の民謡、10月は勇壮な葉隠れ和太鼓の演奏があり、患者さんやご家族らも笑顔で楽しんでいただき、中には涙する方もおられました。また当院には医療スタッフでメンバー構成された「佐賀リハバンド」があり、私も今回からボーカルで参加させていただいています。秋の歌、懐かしい歌謡曲から最近のJ-POPまで、普段はチーム医療を担うメンバーと、ギター、ピアノ、ドラム、



ボーカルを中心に音楽で心を通わせ曲を作り上げていく時間は、とても楽しいものです。退院された患者さんらも「11月は先生の歌、聴きに來るけんね」と楽しみにしてくださり、外出のきっかけになっていることもありがたいです。

ぜひ手洗い・うがいなど感染対策を行いながら、ご家族や身近な方々と一緒に、認知症や生活不活発病の予防を兼ねて、県内の芸術や文化にふれる小旅行に足を運んではいかがでしょうか。

ちなみに私たちの佐賀リハビリテーション病院ロビーコンサートは16日16時からで、観覧無料です。観覧ご希望の方は佐賀リハビリテーション病院＝電話0952(25)0231＝まで、どうぞお気軽にご連絡ください。

(佐賀リハビリテーション病院
医局長 南里悠介)