

## プログラムの対象者設定

Aグループ：人数10名程度。80代の女性が多い。認知症の方が多く、車いすの方もいる。

## このプログラムで意識したことは？

※その他、運動療法・音楽療法以外で取り入れるものがあれば、こちらに記載してください

午後昼食後のおやつ前に実施する。

事前準備として動画で海の風景を流し、波の音を聞かせる。

NO	流れ 参考	流れ・内容・曲目	どんな配慮が必要ですか？どんな声かけをしますか？
1	挨拶・メニュー説明・注意点	自己紹介、体調確認、席の配置 アロマ「レモンディーフューザー」	<ul style="list-style-type: none"> <li>●椅子・車イス・リクライニング動線を決めておく</li> <li>●10人という規模を生かして臭感アロマ(空温、湿度、衣類)の調整</li> <li>●10人だからできる1人1人の名前をお呼びして体調確認</li> <li>●答えられない方にはこちらから「顔色いいですね」</li> </ul>
2	深呼吸～準備運動 (受動的音楽療法)	528Hz	
3	指先体操 (能動的音楽療法)	「高校三年生」	大きな関節、下肢を中心に。肩。全身を座ったまま動かす
4	歌う (能動的音楽療法)	「ももたろう」	「いきなりさあ歌いましょう」ではなく、準備体操 肘を曲げたり伸ばしたり、呼びかけ動作。手首の体操
5	体操 (能動的音楽療法)	「炭坑節」	若くお元気な頃に馴染んだ思い出 季節感(夏の盆踊り)
6	脳の活性化 (回想法)	「日本万博」大阪開催	<ul style="list-style-type: none"> <li>●10人だからできる。できる限り全員皆さんに答えていただけるように 映像をところどころ止めながら、クイズ型式で進める</li> <li>●一緒に考える</li> </ul>
7	口腔体操 (能動的音楽療法)	「茶摘み」	
8	クーリングダウン	528Hz	