



爆笑と失笑の日めくり型フレイル予防プログラム 「まいにち、くちビル」

https://kuchi-building.jp/mainichi_kuchi_building より

自宅に居ながら一人でも楽しく続けられる爆笑と失笑の日めくり型フレイル予防プログラム「まいにち、くちビル」をグッドネイバーズカンパニーさんが配布しています。

高齢者が自宅で1人でも楽しくフレイル予防ができるプログラム、「食べる力」「わらう力」を高める1日1アクションが記載された日めくり型「まいにち、くちビル」です。

1人でも多くの高齢者が、爆笑と失笑の毎日を過ごし、健康で健やかに暮らせるように、私たちの経験を注ぎ込みました。どうぞ、楽しく使ってください。

POINT 01 30種類の日めくり型

毎日笑えて、手軽にできる、バラエティ豊かな30日分のフレイル予防アクションが詰まった日めくり型プログラム集です。1か月間続けるのもよし、お気に入りのテーマだけ続けるのもよし。色々な使い方ができます。

POINT 02 フレイル予防になる

30日分のテーマは、フレイル予防に重要な3要素（口腔機能、身体機能、社会参加）に加え、認知機能や感染予防の項目が加わった6つのカテゴリーに分かれています。各分野の専門家のアドバイスをもとに製作されています。

POINT 03 自宅でひとりでも楽しめる

長引く自粛生活は、フレイル状態、ひいては要介護状態になるリスクを伴います。新しい生活様式の中で頑張る高齢者が、自宅で1人でも、また施設で他の人と距離をとりながらも活用できる、予防プログラムです。

POINT 04 爆笑と失笑の30連発！

パッと見ただけで笑えて、ゲーム性に富んで続けたいくなるプログラム集。医療的な「正しさ」と遊び心や面白がる心を揺さぶる「楽しさ」を融合した「くちビルディング選手権」ならではのプレイフルケアのノウハウが満載です。



ご希望の方には印刷してお渡します。スタッフまでお声がけください。

