

おかし作りレクで五感を刺激するひととき

今回は、ご利用者の皆さまが楽しみにされている「おかし作りレク（おやつレク）」の様子をお届けします！

みんなで協力！「美味しい」を作るリハビリタイム

デイサービスでのおかし作りは、単に食べる楽しさだけではなく、実は、**心と身体を元気にする素晴らしいリハビリ効果** がたくさん詰まっています。

- **手先の細かな運動（作業療法）**

卵を割る、生地を混ぜる、フルーツを等分に包丁で切る、といった動作は、指先や腕の良い運動になります。

- **五感を刺激する回想法**

ホットプレートで生地が焼ける「じゅうじゅう」という音や、甘いバニラの香りは、昔の記憶を呼び起こすきっかけにもなります。

レクリエーションの風景をご紹介します

作業が始まると、かつて家庭を支えてこられたベテラン主婦・主夫の皆さまの本領発揮です！

「生地の混ぜ具合はこれくらいかしら？」

と、お互いに声を掛け合いながら手際よく作業を進めていきます。

ホットプレートのどら焼きの生地を、フライ返しで綺麗にひっくり返せた瞬間には、周りの皆さまから「おお～っ！」と拍手と大歓声 が沸き起こりました！

トッピング工程では、「私はあんこ多めで！」「生クリームたっぷりがいいな」と、皆さま思い思いのデコレーションを楽しまれ、それぞれの個性が光る素敵なおやつが完成しました。

