



認知症カフェ なごみ

発行

認知症カフェ実行委員会

認知症カフェなごみ開催

十月二日(金)十三時三十分から西一会館で認知症カフェなごみを開催し、参加者は25名、新しい方も来られて、全員マスクを付けていました。

●オープニングは担当者の掛け声に合わせて軽い体操。肩の上下運動や腕の振り回しての体操。続いて、手指を使っての脳活教室。担当者の掛け声に合わせて指を折り、数を数えて、脳活を行いました。

手芸コーナー

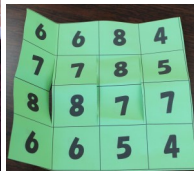
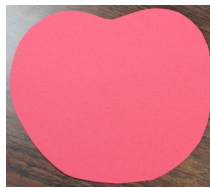
(一) リンゴの皮むき
リンゴの形に切り抜いた赤い紙を、リンゴの歌を歌いながら、指先で皮をむくような思いで切り、細い帯を作り、歌い終わった時の紙の長さを競いました。

(二) ビンゴゲーム
白いA4サイズの紙を配り、長手方向に3等分の折り目を入れ、それ

を、更に3等分に折り目を入れて開くと9個のマスができました。好みの野菜の名前をマスごとに記入します。

九月の誕生日の若い順に記入した野菜の名前を一つ発表し、手元の紙にその名前が有れば〇印を付けます。十月、十一月と進めて、縦、横、斜めの一つに3個出来ればビンゴです。

紙を裏返して、日本の興味のある都道府県名を記入します。野菜と同様に二月、三月と誕生日の若い順に県名を発表しました。①青森、②福井、③佐賀、④滋賀、⑤京都、⑥大阪と、そこでビンゴが出ました。



(三) 折り紙
赤や黄色、青色等の色紙を使って鶴を折りました。5センチ角程の紙のため、爪を使ったりして初めての人も挑戦しました。

(四) 数字合わせパズルコーナー
このコーナーでは、1から8までの数字各4個が、黄色い紙の裏表に各16個、バラバラに設置しているものを、1から順に4個集めるゲーム。表側か裏面のどこにその数字があるかで頭を使うゲームです。5や7、8が難しいようでした。

(五) 体験発表
キャラバンメイト石崎さんの体験。亡き妻が意味性認知症(難病)で苦労した体験を語った。19年前、県内の主要な病院に行っても、どこも異常ありません、の回答ばかり。本人の体調が悪いくらいなので、医大で2週間、精密検査入院して異常が発見された。病名は進行性失語症でした。

(六) 挨拶
長寿いきがい課の倉野さんから挨拶があり、一人て抱え込まずに相談して欲しい。相談する場所が各地にある等の話がありました。

●最後に「月」「夕やけこやけ」「見上げてごらん夜の星を」「ふるさと」を元氣よく合唱して終了しました。

●十一月の「認知症カフェなごみ」
開催日 十一月六日(金) 十三時三十分から『西一会館』にて開催します。
多数のご参加をお待ちしています。

《認知症カフェなごみは祭日を除き、毎月第一金曜日に開催しています》会場までは草津駅東口から豆バスが出ています(十三時三十分発、十三時三十三分着)。なお往復利用の場合、帰りは半額になりますので運転手さんに申し出てください(半額利用券を発行して



くれます) くなだでもご自由に参加できますので、お気軽にお越しください。(参加費 2000円)

