

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

一月五日（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16名でし
た。

●オープニングは担当者
の掛け声に合わせて、腕
を上げ下げし、首を回し
て身体を温めてから、手
指を使つての脳活教室。
指を折り、数を数えて脳
活を行い、前後左右に声
をかけながら運動しまし
た。

遊びコーナー

（一）黒ひげ危機一発
机の上に黒ひげ危機一
発を置いて、参加者が樽
の横の穴に交代で剣を刺
していきます。樽の穴の
どれかにハズレがあつ
て、ハズレに剣を刺すと
黒ひげが飛び出す。まる
でロシアンルーレットの
ように、ビクビクしなが
ら順番に剣を刺してい
き、飛び出させた人が負
けです。

（二）彦根カラムあれこ
カラムとは、正方形の
盤を2人もしくは4人
で囲んで対戦するボード
ゲームです。ビリヤード
によく似ていて、盤上に
並べた平たい円筒形の玉
を、おはじきのように指
で弾いて盤の四隅にある
穴に落としていきます。
今回はルールを知って
いる人がいなくて中断し
ていました。

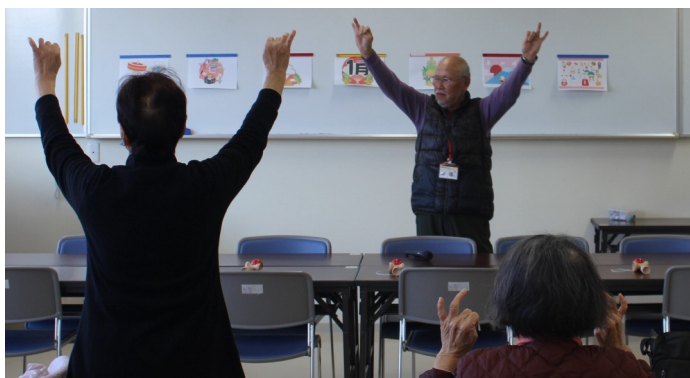
（三）けん玉

とめけんは成功したの
がわかりやすい技です。
はじめは難しいけれど、
沢山練習し、玉をまっす
ぐにあげられるようにしま
しょう。

①けん持ちで構える。け
ん先は真上ではなく、少
し斜めにしてかまえる。
皿で玉を受けるときと同
じように、膝をぐっと沈
めて伸び上がる。

②玉の付け根を見なが
ら、その反対側にけん先
が来るように移動させ
る。

最後まで穴の系の付け根
を見続けるようにすると
成功しやすい。



(四) トランプ

ババ抜きをしていますが。カードが配られたら、同じ数字のカードのペアを場に捨てます。

自分の順番が回ってきたら右隣のプレイヤーのカードを1枚選択して自分の手札にします。手札に同じ数字のカードが2枚揃ったら、それらのカードを場に捨てます。次に、左隣のプレイヤーが自分の手札を1枚取っていきます。

これを繰り返し返して、手札がなくなった人はゲームから抜けれます。最後までで手札が残っていた人が負けです。

(五) 手製のおみくじを配布し、責任者がおみくじを作り始めた経過を説明していました。

(六) ビンゴゲーム

参加者全員にビンゴゲームのカードを配り、スタッフが取り札の入った箱を参加者に提示して番号を発表し、リーチから、ビンゴと大きな声で叫ぶ人ができました。

● 挨拶

長寿いきがい課の大山口氏が新しく担当することになりましたと挨拶していました。

● 最後に「一月一日」

「冬景色」「ふるさと」「琵琶湖周航の歌」を元気づけ合唱して終了しました。

● 二月の「認知症カフェ」

開催日二月二日(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まめバスが出ています。

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)

どなた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

200円)

