

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

四月七日（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22名で、家族の方も1組来られて、全員マスクを着けていました。

●オープニングは深呼吸をした後、担当者の掛け声に合わせて、手を回し、首を回し、肩を回しました。

続いて、手指を使っての脳活教室。指を折り、数を数えて脳活を行い、続いて椅子に座り、足を上下に動かしながら数を数え、30から3個飛びに1まで拍手しました。

手芸コーナー

（一）折紙ひまわりコー

ナー 赤・黄・オレンジ・緑等の色紙から好みの色を選び、中央に端部が来るように両側を折ります。続いて、長さを半分に折り、1／4まで折り目を入れます。

半分の所まで戻し、4箇所を中央まで持って来て折り目を入れます。

半分を広げて船状にし、反対側も船状にします。前の方に四角の状態に戻し鶴のように折っていきます。

別の色を選び1／4に折ります。4箇所の角を中央まで持って来て折り目を入れると小さな四角になり、もう一度繰り返しと小さな四角の色紙になります。

先程の鶴のように出た4か所を中央の方向に折り、中央に四角の色紙を入れるとひまわりになります。



お遊びコーナー

(一) ダリアのシグソーパズルゲーム

厚紙の丸いクボミに9個のダリアを16コマに変形して切り離れたコマを、混ぜ合わせ、元のきれいな状態に戻すゲーム。苦勞していました。

(二) 認知症予防ビー玉コーナー

穴の空いた板にビー玉をパターンに合わせてセットします。ビー玉をパターンから一つ取って、縦または横に一つ飛びで置き、飛び越されたビー玉は箱に戻します。手順が悪いと取れなくなったビー玉が多く残る。一つだけ残して完了できれば成功です。

(三) 介護相談コーナー
認知症の家族のことで、日頃の悩みや今後の介護の仕方について話合っていました。

●最後に「春が来た」「朧月夜」を元氣よく合唱して終了しました。

●五月の「認知症カフェなごみ」

開催日 五月十二日
(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豆バスが出ています。

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)



木造ボトルによるパズル ⇒

