

ほっとカフェあそか実績報告

令和2年8月14日

参加人数 15名

参加者の内訳

(男性0名 女性15名)

(黒野地域 15名 その他の市内 0名 市外 0名)

主な内容

認知症予防のお話、脳トレ（歌、指体操）など
介護相談会

当日の様子など

本日は職員が講師となり、物忘れと認知症の違いについてのお話や予防のための脳の活性化につながる指体操などを行いました。童謡「うさぎとカメ」の歌に合わせて、「グー、チョキ、パー」と指を動かすのですが、唄う事に一生懸命で、指を動かすのを忘れてしまったり、指を動かすのに集中し過ぎて、歌詞がグーチョキパーに変わってしまったり、歌いきると笑ってしまったり、ほっとしたり、様々な表情がみられました。その後のコーヒータイムでは、「昔の歌は覚えているものやね」と話題に上がり、2番、3番の歌詞を確認し合う様子もみられました。

