

# ほっとカフェあそか実績報告

令和元年 12 月 13 日

参加人数 19 名

参加者の内訳

(男性 1 名 女性 18 名)

(黒野地域 19 名 その他の市内 0 名 市外 0 名)

主な内容

回想法

介護相談会

当日の様子など

昔懐かしい道具や写真集を用いて回想法を行いました。目の前に道具が並べられると、「懐かしいわね。子供の頃には・・・」と、様々な昔の経験談が語られました。共感される方、地方の違いや年代の違いで、新たな発見をされる方などあり、各テーブルで大変盛り上がりしました。

印象的だったのは「あの頃は大変だった。物が無くて。」という苦労話に共感する方が多い中、笑顔が多く見られたことです。きっと、苦労を苦労と感じず、一生懸命生きてこられた結果だと感じとることができました。今後も回想法を取り入れていきたいと思います。

