



包括だより 大迫版

3月



おおはさまの小窓



ほのぼの会のひな祭り会にお邪魔しました！

3月1日（火）、畠辰にて、ほのぼの会のひな祭り会が行われました。この日は、認知症予防の要素も取り入れ、簡単な体操とつるし雛づくりを行いました。指は「第2の脳」と言われており、手や指を動かすことで脳が刺激を受け活性化され、認知症予防にもつながるとのこと。ぶどうの枝に細い毛糸を結んだり、飾りを張り付けたり、ビーズにひもを通したり・・・と、細かい作業が続き「簡単にできると思ったけど、思い通りに指が動かないな～！」と苦戦している声もチラホラ・・・。認知症地域支援推進員による物忘れ相談プログラムも実施され、みなさん真剣な表情で取り組まれていました。

問題ないですね！



完成～っ！

物忘れ相談プログラム

その後は、懇談会とカラオケ大会で盛り上がりました。懇談会では、ほのぼの会でこれからやってみたいことや、男性が参加しやすい工夫などについてさまざまな意見が出されました。これからもみなさんが楽しい時間を過ごせるよう、一緒に活動していきたいと思えます。

懇談会の様子



美声にうっとり

