楽しく認知症予防ができる

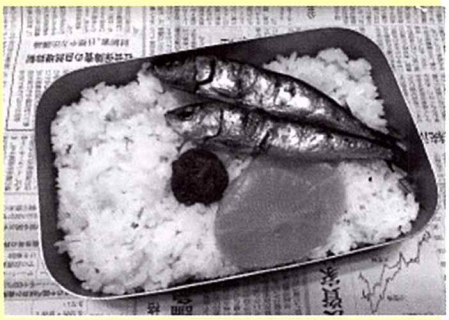
オンラインと対面で開催

回想法ってなあに？

幼い頃に過ごしたふるさと。日暮れに気づかないほど夢中になった遊び。学校の思い出・・・。

そんな懐かしい思い出を語り合うことで、脳を活性化し精神を安定させる回想法が注目されています。

この講座では、認知症予防、遅延に有効とされる回想法の基本が学べます。



①②のどちらかの日程をお選びください

①10月14日(土)14:00~16:30

②10月27日(金)14:00~16:30

締 切：①10月2日（月）　②10月16日（月）

対 象：地域サロン運営者　福祉介護職等
高齢者の支援に興味のある方

定 員：オンライン20名 対面15名（先着順）

受講料：2,000円

申込：

①https://form.os7.biz/f/d3756953/ ←10/14→

②https://form.os7.biz/f/4588c0e6/ ←10/27→

対面講座会場：横浜市泉区中田東4丁目59-41
宮ノ前テラス（045-884-0246）

お問合せ・回想法プランニング：info@kaisoho.org

主催：ＮＰＯ法人 宮ノマエストロ（対面講座会場）

共催：回想法プランニング（講座運営）

後援：日本認知症ケア学会

認知症ケア専門士単位取得講座（2単位）

※この講座は2023年度（公財）日本社会福祉弘済会の助成を受けて開催します

いつもお天気と、
体調の話ばかり。

他に興味の持てる
楽しい話題はないかしら？

認知症予防、介護予防に最適で
認知症があっても楽しめる
ことってないかな～。

そんなあなたに 回想法があります！

回想法とは認知症の方の記憶は直近の記憶を保つことは困難だが、昔の記憶は保持されていることが多いという高齢者の記憶の特性にマッチした心理療法です。

仲間と共に昔のことを話したり聞いたりすることで脳が活性化し、認知症の進行の予防、重度化の遅延が可能になると言われています。

また、昔の思い出に浸り、仲間と語り合う時間を持つことで、自分の話を聞いてもらえているという満足感が得られるため不安や孤独感が和らぎ、自己肯定感が増し、コミュニティ形成も促進されます。参加者も支援者も話題を豊富に持つことができ、コミュニケーションツールとしても最適です。

高齢者の鬱症状の予防・改善にも効果があると言われています。

講師プロフィール ：回想法プランニング代表　高島浩子

長崎県生まれ。福祉職として従事する中、高齢者の心のケアと介護スタッフのスキルの向上の必要性を感じ、回想法に取り組み始める。日本認知症ケア学会等での回想法の研究発表と実践を通して回想法の認知症への効果、重要性を伝えている。

老人福祉施設において回想法、接遇スキル等の指導を行う。神奈川県をはじめ、県内外の多くの自治体、社会福祉協議会、老人福祉施設等で回想法講座の講師を務め、多くの高齢者地域サロン立ち上げにかかわる。

お申込み方法と手順

1

お申し込みフォームへ必要事項を入力

お申込みフォーム

表面の①,②のQRコードまたはURLより

事務局より受講料等についてのご案内

お振込確認をもってお申し込み完了

開始３～４日前、講座用URLを受けとる.

2 対面の講座受講希望の方は 直接「宮ノ前テラス」へ電話で申し込むこともできます

TEL ： ０４５－８８４－０２４６

インターネット講座受講についてのご注意

① インターネットツールのZOOMを使用して行う講座です。受講に際して、インターネット環境が整っていることが必須となります。
② 1申し込みに対して1名のみが受講可能です。（1つの申し込みで複数の方が周りで受講することはできません。　職場等で受講についてはご相談ください）
③ 講座の録音や録画はご遠慮ください。
④ ZOOMの使用に関して不安のある方は事前サポートをご利用ください。