

オレンジサロンさかえ 4月19日(金) ふれあいプラザ

オレンジサロンさかえは、今年度も認知症の人とその家族にやさしい栄町をめざして活動していきますので、よろしくお願いいたします！

サロンでおなじみの11時～のフキ講座では、新年度がはじまり忙しい気持ちを、すこし気分転換していただこうと、「さかえマジックさん」に来ていただきました

パッと出そうで出ない、マギーさん方式の手品と仰っておりましたが、とても楽しく拍手喝采でした！ありがとうございました！



出前サロン サロン酒直台 4月23日 酒直台集会所

「また来てね」とお誘いいただき、続けての出前です（うれしいかぎりです！）今回の出前講座は、認知症予防講座と鍼灸講座の二本立てで行ってきました！

認知症予防講座では、軽度認知障害（MCI）についてのフキ講座と2重課題運動とコグニサイズを行いました！

鍼灸講座では、爪もみ健康法講座を行い、爪をもむ事で自律神経を整え、リラックスや快眠など効果があるとの事でした。いつ聞いても感心する事ばかりでとても有意義な時間を過ごさせていただきました！



鍼灸講座は、北総栄病院内の鍼灸院の大坪先生です↑

出前サロン ほのほの 4月24日 竜角寺台集会所

認知症サポーター養成講座を行いました！40人を超える参加者の前で少し緊張しましたが、とてもやさしく仲の良い雰囲気のはのほのサロンさんに助けられ無事行えました（ホッ）

認知症サポーター養成講座では、先日伺った酒々井のオレンジカフェさんの「声のかけ方講座」を参考に講師の二人で、いい例と悪い例を行いました。終わった後のアンケートには「認知症の方の気持ちが分かりました」「やさしく声をかけたいと思います」など、とてもあたたかい気持ちを貰って帰ってきました。またよろしくお願いいたします！



次回のオレンジサロンは5月17日(金)

10時～12時 ふれあいプラザにて