



取材日：平成 30 年 11 月 09 日(金)

発行／金沢市社会福祉協議会 〒920-0864 金沢市高岡町 7-25

TEL 076-231-3571

http://www.kana-syakyo.jp

オレンジカフェじちゅう【大徳地区】 ～大きな大徳地区でオレンジカフェ～



【活動の様子】

本日は、みんなで顔マッサージです。
普段、動かさない顔の筋肉を動かすことで、顔の表情が変わるのはもちろんのこと、肺活量が増えるなど健康増進につながってくるそうです。
みなさん、鏡を見ながら、「次はどうするの？」と講師をつかまえては質問をしていました。



【活動の背景】

会場のある大徳地区は、とても大きな地域で、金沢市内で最も人口が多い地区です。
より多くの住民のみなさんに参加してもらおうと、この会場でオレンジカフェがスタートしました。



【これから…】

毎回、お茶を飲みながらフリータイムを行っています。
ここでは、なかなか相談がしにくい認知症についても気軽にお話しができます。ご夫婦で参加されている方もいらっしゃいますので、気軽にお越しください。
みなさんとおしゃべりすることが、認知症予防になりますよ！

【活動の基本情報】

- ・開催日：第2金曜日(奇数月)
- ・時間：14:00～16:00
- ・対象者：どなたでも
- ・会場：寺中町会館
(寺中町へ15-2)
- ・連絡先：地域包括支援センター
えきにしほんまち
076-233-1873

【取材メモ / 取材者：上田浩貴】

《取材でわかった活動の効果》

- 居場所づくり
- 認知症予防・相談
- 仲間づくり
- 孤立防止
- 集いの場
- 相談できる場所

※…地域にとって …個人にとって

《取材の感想》

講師から「足裏のツボ」も教わり、みなさん「イタッ！」と言いながらも熱心に勉強していました。

