



取材日：平成 30 年 11 月 27 日(火)

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

オレンジカフェもろえ【諸江地区】 『思い出』話して、認知症予防！！



【活動の様子】

「カードを1枚選び、書かれたテーマについて『思い出』や『その時の感情』などを、みんなで話します！」

本日は、キャラバンメイトの中田さんによる「思い出おしゃべり会」です。楽しかったこと、大変だったことなど、昔を思い出しながら、みんなでおしゃべりしました。



【ワクワク・ドキドキ?!】

「どんなカードがあるんや」「少しめくってみっか」自分の番がくるまで、みなさん、多くの「ドキドキ」と少しの「ワクワク」だったのではないのでしょうか。

みんなで思い出を話し、みんなで共有することは、認知症の予防や進行を緩やかにする効果があるそうです。

今日も充実したカフェとなりました。



【主催者より】

こちらのカフェは、会場が和室で、みなさん座布団に座り（椅子もあります）、ゆったりと過ごされています。オレンジパートナーさんや民生委員さんも参加され、居心地のよい雰囲気を作ってくださいています。

様々な地域からの参加がありますので、初めての方も気軽に喝茶を飲みに来てください。

【活動の基本情報】

- ・開催日：第4火曜日
- ・時間：14:00～16:00
- ・対象者：どなたでも
- ・会場：割出町会館
(割出町 178-4)
- ・連絡先：地域包括支援センター
もろえ
076-293-5084

【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
- 相談のできる場所

※ …地域にとって …個人にとって

＜取材の感想＞

みなさん、「思い出」を話す時には、それぞれ「あの時の自分」に戻っていました…。

