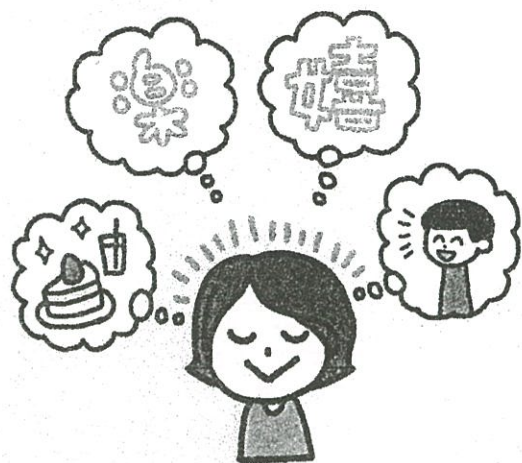


今年度は、コロナ禍で思うような活動ができませんでした。そんな中で、下記の2つの活動をすることができました。

認知症予防アイデア



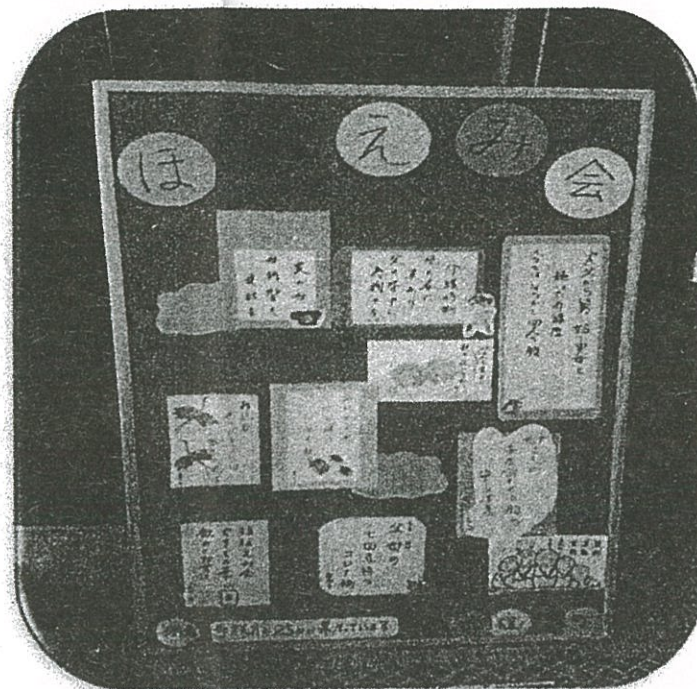
楽しいことや
嬉しいことを
思い出して
記憶力を維持、
改善しましょう。

楽しかったことや嬉しかったことなどを思い出す「回想法」は認知症ケアの現場でも広く行われている方法です。認知機能や記憶力などを維持、改善する効果が期待できるだけでなく、思い出していく

うちに気持ちが楽しくなってくるのもポイントです。これも脳の活性化に役立ちます。さらに、思い出したことを文章にまとめたり絵に描いたりすれば、脳のより広い部分の刺激につながります。

「パネル作り」

長崎県庁の玄関に掲示されました。ニュースに取り上げられ、テレビで放映されました。



気持ちを俳句や短歌で表現しました。

「リーフレット配布」

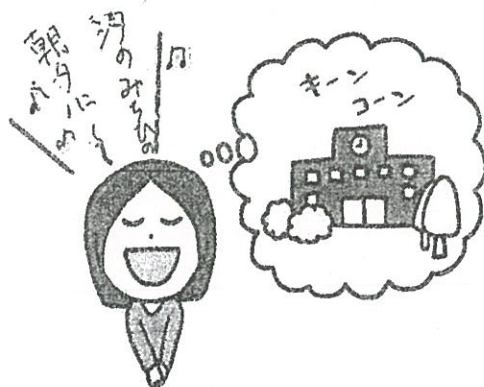
世界アルツハイマーデー(9月21日)にあたりほほえみ会では、9月23日にリーフレット配布とポスター貼りをして啓蒙活動を行いました。当日は、足を止めてくださった町民の皆さんありがとうございました。



アルツハイマーデーのことを知ってくれる人が年々増えていて、今年のチラシを配るときも説明しなくても快く受け取ってくれました。ありがとうございます。今年はずっと肌寒かった~~~~

校歌を口ずさんで 学生時代を 思い出してみよう。

小学校、中学校などの校歌を思い出して、歌ってみましょう。歌いながら、歌詞を紙に書くとさらによいでしょう。当時の思い出もよみがえってくるはずですよ。



小さな島でも「コロナ」で息が詰まりそうな毎日です。早く終息してもらいたいものです。終わりの見えない介護も同じですね。

T

コロナ禍の中、ほほえみ会の集まりが久しぶりにありました。しばつけ団子をいただき、ヤッター

K

協力もあまりできずに、皆さんに申し訳なく思っています。笑だけは、十分にあります。よろしく~~~~

H

会員のひとこと

今年は、コロナの影響で何もかもがスムーズに出来なかった!! 来年は、終息しますように……活動頑張ります。

M

美味しいものを食べに行きたい。旅行も行きたい。ほほえみ会の活動も来年こそは、自粛することなく出来るといいなあ

M

コロナ禍で、いろんな活動が中止になった。ほほえみ会活動もしかり。一番大きなイベントである介護体験談も施設慰問も今年度は見送り。当たり前のことになっていたことが、当たり前にできないことを知らしめたこの疫病。大変な世の中になった。大変な世の中になっても「もの忘れ」はわからない。1年1年、いやいや1日1日「もの忘れ」が亢進するのを感じるこの頃。

T

面会に行く度、「連れに来たのか」と問う母。一緒に暮らせたらいいけどそれはそれで苦悩の日々になると思う。どんな選択が幸せなのか……悩むところです。

R

「ほほえみ会」に遊びに来ませんか。奇数月の25日に集まっています。おしゃべりをおして介護で疲れたところとからだを癒してくれる。そんな会です。お待ちしております!!

