

認知症カフェ ココイタ



令和元年7月19日(金) 10:30~12:30
伊田商店街にて行われました、「認知症カフェココイタ」に参加しました。
今回は、「シナプソロジーのご紹介」という内容でプログラムを実施させて頂きました。

シナプソロジーとは「2つのことを同時に行う」「左右で違う動きをする」といった普段慣れない動きで脳に適度な刺激を与え、活性化を図るものです。



本プログラムは、難易度の低いものから実施していき、難易度を上げていきます。難しくなると、出来なくなったり、間違ったりしますが、ココイタ内では笑い声がたくさんあがっていました。間違ふことで「脳の活性化」につながっていきます。
今回は13名の方々にお越しいただきました。
ありがとうございました。



次回の予定は、令和元年8月16日(金)10:30~12:30
「歌声喫茶」のプログラムとなっております。みなさまで懐かしい歌を歌って、楽しみませんか？

ご参加をお待ちしております♪