

# 認知症カフェ ココイタ

令和5年9月15日に橘地区公民館で開催された認知症カフェココイタに参加し、認知症予防に活かすアロマセラピーを行いました。



認知症についてご説明した後、現在癒しやすストレス軽減に効果があるといわれているアロマセラピーについてご紹介いたしました。

アロマセラピーを楽しんでいただくために、皆様に保冷剤を使った芳香剤を作成していただきました。

「楽しい。よくできた。」と好評でした。

商店街振興組合の方も加わり、計10名の方に参加していただきました。

ありがとうございました。



次回10月19日(木)は  
「彩色ケア・色紙カルタ」  
をお届けします。おたのしみに。