

# 寄り合いカフェ通信 春号

令和8年1月17日に「脳が喜ぶシナプソロジー」、同年2月21日に「身体を動かして認知症を予防しよう」、同年3月21日に「音楽で介護予防！」をテーマにして講義や茶話会を行いました。二つの事を同時に行い、脳を混乱させることで脳の活性化を図るシナプソロジーを体験しました。また運動は五感をフル活用することができるため脳の活性化につながる事を伝えました。ミュージックケアでは参加者の皆様とともに歌唱や合奏、ピアノとトランペット演奏を行いました。茶話会では終始参加者様と和やかな雰囲気ですれすれお話をすることができました。

次回は寄り合いカフェ癒・気・多通信「夏号」にて認知症カフェの活動をご紹介します。多くのご参加をスタッフ一同お待ちしております。2026年度も皆様に楽しく、ゆっくり過ごせる空間を提供いたします。ぜひお立ち寄りください！

\*参加費は**無料**です。お茶菓子を準備しておりますのでお気軽にご参加ください！



楽しみながら脳トレを行っています！



認知症予防体操を紹介しました！



音楽を通して楽しい時間を過ごしました！



お問い合わせ先：精神科デイケア  
担当：加治 佐登子・杉本 大騎・川上 華子  
TEL 0947-44-8882