

あやべボラセン ボランティアのわ

No.60

おいかぜ



認知症予防 脳トレボランティア 安達 覚さん(61)

新聞やテレビで、認知症という言葉をよく目にするようになってきました。65歳以上の高齢者のうち4人に1人は認知症または予備軍だといわれています。父は90歳になりますが認知症で、一緒に住み始めた頃は私が誰だかわからないようでしたが、半年経ちようやく息子であることがわかってきたようです。認知症は、急になるものではなく、じわじわと進行します。そのため、「TOSS認知

症予防脳トレ」を行うことで進行を遅らせられる、との思いで活動しています。

内容は「問題に答える」という形式で、隣の人への答えをみたり相談してもかまいません。大切なことは、楽しく行うことです。それが脳を活性化させるのです。今は第3土曜日13時から1時間、大島中公会堂で開催の「喫茶きらら」で活動しています。みなさんもぜひ参加して脳を元気にさせませんか。

情報板

申請団体募集! きばってます!! 福祉活動応援資金

- ◆対象事業 地域の福祉・ボランティア・当事者支援活動 ◆お問い合わせ
- ◆助成金 1団体10万円を限度 綾部市社会福祉協議会
- ◆対象期間 平成27年4月1日～28年3月31日 ☎43-2881 Fax43-2882
- ◆締め切り 6月8日(月) あやべボランティア総合センター
- ☎40-1388 Fax40-1389

あやべボランティア総合センター TEL:40-1388 FAX:40-1389