



令和6年度上半期

大人の充活 ワンコイントレーニング

# 「ミュージック認知症予防教室」

この講座は瀬戸市高齢福祉課の委託事業です

「認知症予防は皆様の一大関心事ですが」

懐かしい音楽、大好きな音楽を聴いたり歌ったりすると

皆様の昔の記憶を思い出すきっかけになるんです。

そしてそれは認知症予防に

## 結構イイらしいんです。

例えば品野学区名物「ドナウ河のさざなみ」授業で聴いた「月の光」

やはり青春の曲は「東京ブギウギ」？ビートルズ？

「冬のソナタ」も懐かしい・・・その他聴くだけではなく楽器も弾きます。

いろいろな、新しい、わくわくする体験で認知症予防をします。

介護予防のお話（フレイル、ロコモ等）もあります。

講師・・・岡田みどり（岐阜県知事認定音楽療法士・「ぎふ・プラハ音楽院セミナー」ディプロマ取得  
あいち介護予防リーダー・愛知県版運動器の機能向上プログラム指導者・オレンジリーダー）

日時・・・5月16日、23日、30日、6月13日、20日、27日（全6回）

（予備日7月4日） 全て木曜日（全6回） 10時から11時30分

場所・・・社会福祉法人 くわの実福祉会「まゆ」地域交流室

（瀬戸市上品野町1377番地の1）

定員・・・10名ほど

対象・・・瀬戸市在住の65歳以上の方

受講料・・・1回500円

申込方法・右記へ電話にてお申し込みください。（090）-4199-6609（岡田）

先着順です。（留守の時は留守電をお願いします。折り返しお返事します）

（電話は上記電話番号のみにお願いします。又マスク、検温、消毒もお願いするかもしれません）

