

～これからを笑顔で楽しく生きるために～

11期 アクティブシニアをめざす

日 時：2023年11月20日（月）

場 所：メイシアター「吹田市文化会館」

学習テーマ：広げよう笑顔と仲間の輪

1班 樋上

第8回ふれあい交流祭

初めての交流祭どんなものなのか？班ごとに、自分達で学んで来たことを、話し合い決めて、準備、資料、パンフレット集めました。グループで頑張っている人、あまり参加しない人もいました。模造紙に発表内容を分担して書き、字はまちまちですが、皆が参加する事。協力を重ねて一つにまとまった出来だと思いました。

学科ごとに発表、思考の違いがあって楽しかったです。

舞台発表もあり、特技のある人は、歌ったり、演奏、実演、パフォーマンスがありました。人生 100 年、交流活動によって、趣味を広げ認知症を予防し楽しく過ごして行きましょう。

舞台上がり、「幸せなら手をたたこう」を皆で歌いました



認知症の方を見かけたら、前に回り、視線を合わせて、声掛けをする。



ATC エイジレスセンターに見学に行きました



受講したことの一部を紹介しました



踵落としをして授業開始。

骨とカルシウム。

骨の5つの役割。
忘れないように自宅でも書いて貼っておきたいですね。

豊中歴史散歩

身近な場所も、カイドさんに説明していただきながら歩くと、知らないことばかり。贅沢でした。

知っているようで知らないことばかりです。

車いす体験

車いすに乗るのも初めて、押すのも初めてです。
家族に車いすが必要になったら、の視点で教えていただきました。

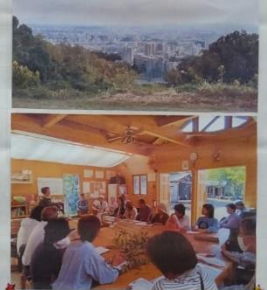
北雲雀さずきの森

ボランティアのお手本のような方々。心地の良いもてなしをしていただきました。
家族と友達と是非、訪れてみてください。



私達がこれまでに学んだこと

理事長指導の下
車いす体験をしました



北雲雀さずきの森
宝塚市南東部に位置し川西市に接する多様な生物が棲む28ヘクタールの貴重な森です。
さずきの森では、ハーブ園・すみ焼き畑があります。
ボランティアの方に、スワック作りをご指導いただきました。



実技体験にもペア学んだこと
溝があったり段差やスロープがあり介助される側の気持ちになり声をかけて不安を与えないように静かに操作をする

