

「回想法をやってみよう！ — いっぱいしゃべると、認知症予防？ —」

「最近のことは、すぐ忘れてしまう…」

「昔のことなら、覚えているのに…」

そんな言葉が、ついつい口をついて出てきていませんか？

回想法は、昔のことを思い出すことで脳を活性化させ、認知症予防などに効果があるとされ、1980年ごろ日本にもたらされました。近年は、介護予防教室などで取り入れられるなど、各地で注目されています。

本講座では、少人数のグループに分かれて回想法について学びながら、回想法を体験していただきます。

一緒におしゃべりして、楽しく脳を活性化させてみませんか？

◆日程 2017年10月26日（木）

◆時間 10：40～12：10 （10：10受付開始）

◆場所 関西大学堺キャンパス A棟1階 多目的室B
(南海高野線「浅香山駅」徒歩約1分)

◆対象 堺市民

◆定員 30名

◆申込締切 10月6日(金)必着

◆講師 西尾 嘉美氏（西宮市立郷土資料館学芸員）

多くの方のご参加をお待ちしております



【講師】 西尾 嘉美(にしお よしみ)



手にしているのは、
ゼンマイ式ハエトリック

兵庫県三田市の文化財担当者を経て、
2014年4月より現職(学芸員)。
専門は、日本民俗学・文化遺産学。
関西大学大学院博士課程前期課程修了。
修士(文学)関西大学。
三田市在職中から、有形民俗資料(民具)の活用方法としての
回想法に着目し、高齢者福祉担当機関と連携して、回想法に取り組む。

回想法とは・・・

昔のこと…例えば、蚊帳に上手に入るコツ、
カマドで炊いたご飯のおいしかった話、
縁側で遊んだお手玉の話、薬売りさんの紙風船
…そんな懐かしい、いろいろなことを思い出して、
みんなとおしゃべりして、一緒に楽しんで、
気持ちも脳もいきいきさせるのが「回想法」です。



◆お問い合わせ・申込先 はがき、FAXまたはEメールにて
(申込多数の場合は、抽選)

(宛先) 関西大学堺キャンパス事務室 地域連携担当
「回想法」係

(住所) 〒590-8515 堺市堺区香ヶ丘町1-11-1

(FAX) 072-229-5082

(Eメール) sakai-info@ml.kandai.jp

(お問合せ) 関西大学堺キャンパス事務室
072-229-5024(代表)

(申込締切) 10月6日(金) 必着



2017年度 地域連携事業 回想法講座 申し込みフォーム

ふりがな		年齢	歳
お名前			
ご住所	〒		
電話番号			
備考	(車いすをご利用の方はその旨をご記入ください)		

ご記入いただいた個人情報は、関西大学個人情報保護規程に則り適切に管理いたします。
本行事への参加登録とご連絡にのみ利用し、これ以外には利用いたしません。