

人間健康学部堺市民講座

「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 平成27年10月27日(火)
- ◆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、その他
- ◆定員 30名
- ◆申込締切 10月13日(火)必着
- ◆講師 西尾 嘉美氏

(西宮市立郷土資料館学芸員・関西大学人間健康学部非常勤講師)

- ◆お問い合わせ・申込先 はがきもしくはFAXにて
申込多数の場合は、抽選 (裏面をご参照ください)

〒590-8515 堺市堺区香ヶ丘町1丁11-1

関西大学堺事務局 地域連携担当 「堺市民講座」係

Tel 072-229-5024 Fax 072-229-5082

* 多くの方のご参加をお待ちしております *



平成27年度 堺市と関西大学の地域連携事業

【講師】 西尾 嘉美(にしお よしみ)

兵庫県三田市の文化財担当者を経て、平成26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。



手にしているのは、
ゼンマイ式ハエトリック



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

〒590-8515 堺市堺区香ヶ丘町1丁11-1

関西大学堺事務局 地域連携担当 「堺市民講座」係

TEL 072-229-5024 FAX 072-229-5082

申込締切 10月13日(火) 必着

平成27年度 地域連携事業 堺市民講座 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)		