

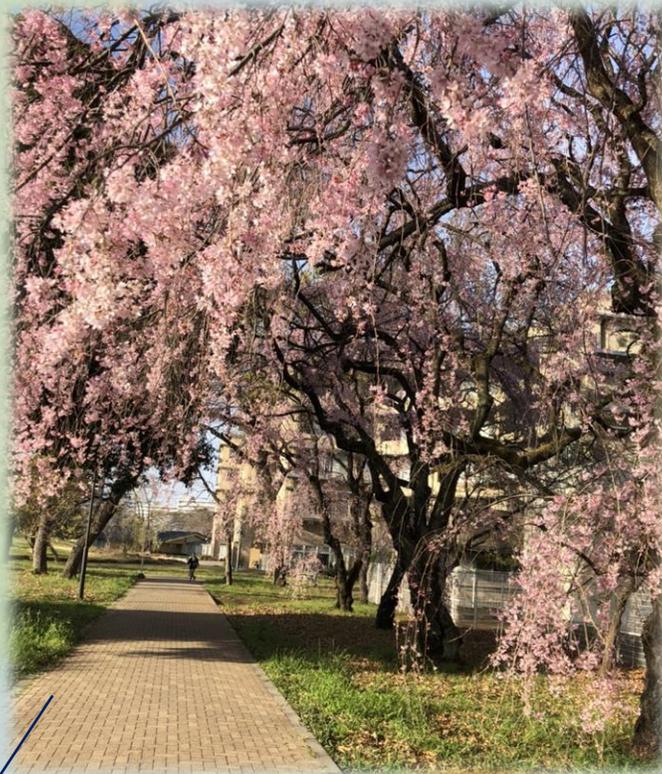
オレンジカフェの振り返り No.3

こんにちは。オレンジカフェの松井です。現在、緊急事態宣言中ということもあり、3月もオンライン(zoom)のみでカフェを行いました。

先月に引き続き、話し合われた内容につきまして、守秘義務に気を付けながら、参加できなかった皆さまにもご紹介していこうと思っております。

それでは、次回、4月(2021年4月28日(水)14:00～、オンライン開催、URLはのちほどお送りいたします。)も皆さまの御参加をお待ちしております。

今後ともどうぞよろしくお願い申し上げます。



☕市民公開講座

認知症治療の現状と進歩
を下記の日程で開催いたしました。

日時:2021年3月6日～4月6日
ご視聴くださりまして、ありがとうございました。

センターのしだれ桜です。
2021年3月
撮影:岩田

☕非薬物療法
健康的で、刺激的な
生活を送ること
です!



☕アロマ

鳥取大学の行ったアルツハイマー病の患者に対するアロマ療法の有用性の研究において、自己に関する見当識の改善がみられたようです。下記は論文で使用されたアロマセラピーの内容です。

・昼:レモン精油を1:ローズマリー精油を2の割合でブレンド。
レモン精油:気分をリフレッシュさせ、シャキッと集中力を高める
ローズマリー精油:記憶力、集中力を高める
・夜:オレンジ精油を1:ラベンダー精油を2の割合でブレンド。
オレンジ:リラックス効果

ラベンダー:高ぶった神経を穏やかにしてくれるのでリラックス効果は抜群。

上記の研究では、アロマディフューザーを使用していましたが、アロマペンダントにアロマオイルを入れたり、アロママッサージを行ったりなどさまざまな使用の仕方があるようです。

参考文献:

<https://www.sagasix.jp/column/dementia/aroma/>

<https://www.tyojyu.or.jp/net/byouki/ninchishou/ninti-aroma.html>

鳥取大学医学部「アルツハイマー病患者に対するアロマセラピーの有用性」

<http://dementia.umin.jp/19-1-77-85.pdf>

みんなでおはなし

オレンジカフェ。

NCNP Orange Cafe

2021年3月24日(水)14:00～15:30 実施