

# オレンジカフェの振り返り No.10

こんにちは。オレンジカフェの松井です。緊急事態宣言が解除されたため、10月は会場とオンライン(zoom)の同時開催を行いました。先月に引き続き、話し合われた内容につきまして、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、11月(2021年11月24日(水)14:00～、オンラインと会場との同時開催予定、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。

## 🍷会場からの参加とzoomでの参加との違い

○会場の良い点:直接顔が見えるので臨場感がある。

●会場の悪い点:在宅介護をしている場合、時間がなく参加しづらい。

○zoomの良い点:現地に行かなくても参加できるのは、助かる。

●zoomの悪い点:表情が見えづらく、発言がしにくい。ネットへの繋がりが悪く、何度か入りなおさなければならないことがある。音声聞き取りづらい。

→こちらに関しましては次回はマイクを増やしたいと思っております。

## 🍷面会時の困りごと

☆施設を訪れても、なかなか自分を認識してくれず、言葉も発しないことがある。

→日内変動の場合があるので、スタッフの方に調子が良い時間帯などを確認した上での面会するのも一案

☆話題が見つからないとき

→時事ネタなどなんでもOK。本人の返事は関係なく、新聞に書いてあるようなことを伝えたいすることも1つの手段である。また、本人の過去を振り返る回想法なども有効ではないか。

## 🍷ハロウィンパーティー

当日、ハロウィンが近かったので、当院職員のLOVOT(ラボット)美波ちゃん、ふくまる君、みほちゃん、ゲストで来たもなかちゃんにも仮装をして遊びに来てもらいました。



## 🍷回想法とは

回想法とは:昔の写真、使っていた馴染みの物を見たり、音楽を聴いたりすることで、昔の体験や思い出を語りあう、集団や個人で行う心理療法の1つである。

効果:認知症では昔の記憶は保たれている場合が多く、昔の体験を「話す」「聞く」ことにより、脳の活性化を図ると共に、メンバーとの関わりを通してコミュニケーションの向上につながると言われている。認知症の進行予防に期待できるほか、蘇った思い出が楽しかったという安心から心理的に安定する効果もあり、また、「自分はこんな人生を歩んできたんだ」という自己肯定感にもつながるようである。

例:お手玉、ベーゴマ、カルタ、メンコ、本、昔の写真や地図、着物、生活用品、若い頃に流行した映画のポスター、懐メロの音楽や、季節の花や植物、節分、雛人形、こいのぼり、七夕の笹など日本の行事を取り入れるのも効果的なのようである。



みんなでおはなし

オレンジカフェ。

NCNP Orange Cafe

2021年10月27日(水) 実施