

シニアクラブ久米福寿会 教養講座

令和8年3月13日(金)13時半～
場所:久米まちづくり拠点施設(2F 大研修室)

第1部 テーマ「在宅介護支援・介護予防支援について」

講演:こころHSグループ 代表 西 千尋 さん

第2部 音楽鑑賞:「オカリナ演奏を聴く」

出演:オカリナ アイリス さん

第1部 認知症についてのお話では予防するには、食べ物について、趣味などは認知予防に効果があること、睡眠、眼鏡や補聴器を使用することが良いなどの話を聞きました。

○老々介護、する人される人いつか我が身か？高齢社会

第2部 多度町「すこやかセンター」で活躍している。(代表 佐藤 富士雄さん)

メンバーの奏でる息の合った穏やかな温かい音色に引き込まれました。
途中で歌詞カードが配られて、演奏に合わせて皆で合唱する場面もあり、短い時間だったがなごやかで穏やかな時間を過ごせて良かった。

