

かわぐち ただし

川口 整

活動内容	楽しいサロンを楽しむ講座です。地域に支えられ、響き合って、一生懸命に生きています。地域力づくり向上へ参加、活動できる喜びです。地域に生かされ、地域は生きる原点です。和敬をも持って認知症予防を提供します。	
資格・経歴 活動歴等	横浜市生涯学習ボランティア講師全18区登録・横浜市シルバー人材センター会員、独事業講師・日本能率協会マネジメントセンター委嘱講師・元20年間生産設備技術者・変革コンサルタント30年300社支援・対面教育3万人以上・日本絵手紙協会公認講師・健康マスター・認知症介助士・心理カウンセラー・日本健康心理学会会員	
活動の対象	<input type="checkbox"/> 未就学児 <input type="checkbox"/> 親子 <input type="checkbox"/> 小中学生 <input type="checkbox"/> 一般 <input type="checkbox"/> シニア	<input checked="" type="checkbox"/> どなたでも
活動可能日	<input type="checkbox"/> 月 <input type="checkbox"/> 火 <input type="checkbox"/> 水 <input type="checkbox"/> 木 <input type="checkbox"/> 金 <input type="checkbox"/> 土 <input type="checkbox"/> 日	<input checked="" type="checkbox"/> 相談可

具体的なプログラムの一例

タイトル：「げんき認知症予防サロン in ○○」

内容：冒頭は、健康長寿や生活習慣などのお話をします。オリジナルのテキストに添って進行します。途中で、ゲームを実施します。脳の健康や血流の改善などにもつながります。楽しくちょっと知的になった気分！お仲間とウッフフとおしゃべりしながら楽しむ講座です。

定員：数名から大勢まで

所要時間：30～120分

材料費：資料代300円



街のアドバイザーから

認知症は誰でも罹るといわれる病気です。でも、先送りできます。今までの生活習慣を変える気づき大切です。気づきから健康長寿の実現がはじまります。