

あげお愛友の里をご利用のみなさまへ



脳を
元気にする 「おとなの教科書」のご案内

～回想法を利用した“学校式”認知症予防プログラム～

あげお愛友の里では「おとなの学校メソッド」を開校しています。

これは、授業形式で行われるレクリエーションで、教科書を購入した方が参加できる任意のプログラムです。

笑いがたくさんある楽しい授業にしてみますので、是非ご参加ください。

「おとなの教科書」って何ですか？

- 🌸 毎月新しい教科書が届く。
- 🌸 施設職員が先生役なので安心。
- 🌸 「教科書」といっても、中身は思い出話で簡単。
- 🌸 「授業」は、おしゃべりと笑いで賑やかです。
- 🌸 思い出話を話す「回想法」は、認知症に効果あり。



月
日

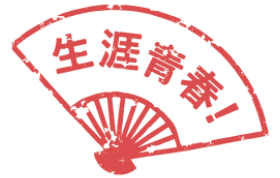
教科書: 1,650 円
(毎月発行)

おとなの学校 授業の様子



脳を
元気にする

おとなの教科書



「おとなの教科書」とは？その①

皆様のお手元に毎月届く
高年齢者向けの教科書です。

「おとなの教科書」とは？その②

ただの“レク”や“脳トレ”より
活発な時間を過ごせます。

おとなの学校メソッド
【毎月発行】

高年齢者施設のレクの現状

高年齢者施設のレクリエーションによくあるのは、カラオケや風船バレー、ストレッチ体操。持て余した時間をどうにか過ごすために、子ども染みた内容で済ませてしまうというところも少なくありません。

「教科書」でレクが活発に

「おとなの教科書」には、国語・算数・理科・社会など9科目と課外授業が用意され、話題が豊富。「教科書」という言葉は、難しいようにも聞こえますが、実際に授業形式のレクを受けてみると、皆様の思い出話を伺う内容となっているため、若かりしあの頃の



傾眠の傾向が強い方や徘徊の頻度が高い方も、授業形式のレクリエーションでは集中して取り組まれています。

話題で会話が盛り上がり、気持ち前向きになっていきます。「今日は学校があるから」と、自室を出るようになったという話もよく聞かれます。また、毎月新しい教科書がお手元に届くため、季節に合わせた楽しい話題をご家族とも続けることができます。