

# 笑顔deころばん通信 Vol. 4

ころばん体操 お世話役さん研修会 **ふりかえり**

Q「認知症になったら、ころばん体操は行けないの？」

A：認知症の方も参加できます！！

中級編研修（みなと病院担当）：認知症の講話より



## 認知症の方も参加できるように

いつ、だれもが認知症になる可能性があります。認知症になったから、もう参加しない・させないのではなく、認知症の方も参加できるような**環境づくり**を皆さんで行いましょう。



## 環境づくり①

日付を忘れてころばん体操に来れなくなる人もいます。近所の方同士、誘い合ってころばん体操に行きましょう。誘うときは、**強い口調**や**無理強い**は**しない**のがポイントです。



## 環境づくり②

これまで出来ていた体操ができなくなってくる方も。まずは、後ろに座りながら前の人の真似をするなどの対応を。  
ですが、ころばん体操の効果の一つに、**人が集うこと**もあります。無理に体操をさせるのではなく、参加して人との繋がりを保つことも大切にしていきたいです。

難漢字クイズ（魚編）いくつわかるかな？正解は右上

①鯛 ②鰯 ③鰈 ④雲丹 ⑤鯡 ⑥海月 ⑦海鼠 ⑧梭子魚