

# 11:30-13:00

VR体験とパネル展のみ  
15:30-16:30にも開催！

## 飲食コーナー

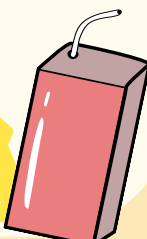
おいしい食事とスイーツで休憩！



出  
店  
予  
定

- Funny's…炒飯、唐揚げ、かき氷など
- kitchen Yell…麻婆丼、タコドックなど
- Nori Kitchen…うちな一天ぷら
- タルト屋…タルト
- 豆の花…タコライス、豆花（トファ）
- kotonowa…パン

先着！ヤクルト飲料無料配布



## 認知症VR体験

認知症の人の気持ちやケアを学ぼう！

認知症の人の言葉や行動には背景があります。対応方法を考えるうえで、背景の想像や理解が不可欠です。介護者が認知症の方と接する中で難しいと感じやすい場面を、VR体験を通して一緒に学んでみましょう。

※約20分ごとの入れ替え制です



## 介護美容体験

心地良い刺激でにっこりリラックス！

肌に触れること、肌や身なりがきれいであることによって生まれる心地よさや会話は、介護者と認知症の人、双方にとって良い影響をもたらします。

近年注目されています！ぜひご体験を！



## 百歳体操体験

ゆっくりした動きでしっかり筋トレ！

身体を動かしたり地域とつながることは、認知機能低下予防に役立ちます。各地域にある住民主体の体操サークル「通いの場」で行われている百歳体操を体験できます。じわじわと筋肉にきいてきますよ。地域活動についてもご紹介します。

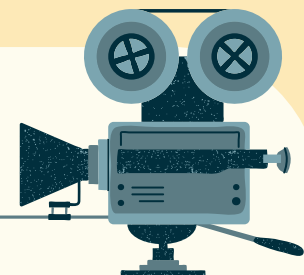


## もしバナカード体験

人生の最期るとき、大切にしたいことは？

もしものときのために自身が望む医療やケアについて前もって考え、家族等と共有することは大切ですが、認知症が進んでからは十分に備えることが難しく、元気なうちから考えておくことが大切です。カードゲームを通して考えてみましょう。

## 沖縄の懐かしい 8mm映像上映会



「懐かしさ」から心が動き、記憶を呼び起こす

昔の風景や暮らしを思い出し、会話とともに共有するとは、認知症のある人にとって心が動き、自信や安心感を取り戻すきっかけになります。この映像自体は回想法ではありませんが、「懐かしさ」から語り合う回想法的疑似体験をお楽しみください。

## 臨床美術（アートセラピー）

デイケア等で実施されている技法体験！

手先を動かして創作活動をすることや、作品を鑑賞して意見交換をすることには認知機能の改善効果が認められています。脳の活性化や五感への刺激だけでなく、幸福感や達成感を感じ、気持ちの安定につながります。



## 認知症相談

認知症認定看護師に相談できるチャンス！

心配ごとなど、この機会にご相談ください。

## お役立ちパネル展

認知症に関連する情報がもりだくさん！

宜野湾市の特徴的な取り組みである「ミマモライド」で使っている機器類もお手に取ってご覧いただけます。

