

◆認知症サポーター養成講座 (中村地域ケアプラザ共催) 10/15 (土)

キャラバンメイトの皆さまによる、認知症への理解講座を実施しました。実体験などを基に認知症の方への接し方や声掛けについて講義がありました。



◎参加者の声◎

- ・体験談のお話は具体的で参考になりました。
- ・3つのない+1を忘れないように、認知症の方と接していきたいです。勉強になりました。
- ・ついつい怒ってしまったり、イライラしてしまうのですが優しく見守っていくように心がけようと思います。

◆ベビーヨガとママのリセットヨガ (全4回) 10/18、25、11/1、15 (火)



産後の身体をリセットするため、骨盤のゆがみを整えるヨガをしながら、赤ちゃんの運動や抱き方なども教わりました。ママも赤ちゃんもリラックスして楽しんでいました。気持ちよくて眠ってしまう赤ちゃんも。

◎参加者の声◎

- ・自分の良い運動になりました。また、色々な月齢のお友達と一緒に空間で子どもにも良い刺激になったようで良かったです。
- ・全4回参加してとても楽しかったです。メンバーとも顔見知りになって一体感がありよかったです。
- ・子育てで中々運動ができなかったので体を動かして楽しかったです。ベビーと一緒にできるので、お家でも時間が空いた時に挑戦してみたいと思います。

◆ハロウィン親子クッキング教室
10/22 (金)



パンプキンパウダーを生地に混ぜ込んで
色々な形のかわいいクッキーを焼きました。
みんな、とっても上手に作ることが出来ました。



◎参加者の声

- ・段取りよくクッキーを作ることができて、家でする際の参考になりました。
- ・みんなで楽しくクッキーづくりができました。ありがとうございました。
- ・可愛いクッキーができて良かったです。



なかむらハロウィン



中村地区センターもハロウィンのフォトスポットを設置。
中村地域ケアプラザ・おもいやりハウスと共催で楽しい
スタンプラリー (10/22 から 10/28) を実施しました。
約 220 人の子供たちが参加してくれました。