

令和 8 年度

# 5 月のおれんじサロン ひと・まち

～若年性認知症本人交流会～

令和 8 年 5 月 13 日 (水)

みんなでゆったいおしゃべり

5 月 13 日 (水) 話題は、「体を動かす」と「料理をつくること」がクローズアップされました。学生時代にやっていた球技をやりたいと、体力づくりやウォーキングを日課にしている話もあり、「みんなでスポーツをする機会があってもいいかも」との声があがりました。料理にチャレンジしている人も複数おられ、「みんなで一緒に作って食べるともっとおいしいかも」との提案もありました。



おれんじサロン ひと・まち

令和 8 年 5 月 27 日 (水)

一緒にやってみたいこと

大学生グループのみや cone さんとの大文字山ハイキングに参加した人から、ゴールの景色をみんなで見られた達成感に満たされたこと、学生の細やかな配慮で安心して楽しめたことなどを笑顔で話され、充実したひと時が過ごせたことが伝わってきました。

そして話題は、みんなでつくる料理企画の相談へ。みんなの声を集めて、準備と片付けが楽で、場所の制約が少なく、火を扱わなくていい料理を検討。「ホットプレートで作るお好み焼き」ならできそうかもと、早速 具のリストアップをしてみました。それぞれの出身地や家庭によってこだわりの食材があることがわかり、楽しい時間でした。

スポーツも料理もいろいろ実現していきましょう！



大文字山ハイキングの様子

次月は、令和 8 年 6 月 10 日(水)・24 日 (水) いずれも午後 2 時～開催  
参加希望の方は下記までご連絡ください

【お問い合わせ】 京都市長寿すこやかセンター 電話(075)354-8741



【Facebook ページの二次元コード】