

☆地域包括ケアふじえだプロジェクト☆

令和3年12月13日 VOL. 161

令和3年度 介護者を励ます集いを開催

11月11日の『介護の日』に合わせ、令和3年11月22日（月）に小杉苑（藤枝市青木）において、在宅で要介護2以上の御家族を介護している方々を対象に、上藤美紀代氏（ヴォイス・セラピー実践研究家、絵本専門士）を講師に招き、「暮らしに役立つ 声の活用術」と題した講演会と声のワークショップを開催しました。

（上藤流）ヴォイス・セラピーとは

相手に安心や癒しを与える温かい声で働きかけ、相手の心を癒し、また心を開くように促し、相手が自ら声を出し（話し）活性化するように助ける行為。

【3本柱】

- ◎声を出して元気になろう
- ◎相手を思いやる声の出し方、遣い方を心掛けよう
- ◎相手（人）の声に耳を傾けよう

絵本専門士とは

国立青少年教育振興機構が認定する、絵本に関する高度な知識、技能及び感性を備えた絵本の専門家。



講演『暮らしに役立つ 声の活用術』

講演の始めにアナウンサーや父親の介護の経験から学んだ声による癒し、声のもつ力について話がありました。相手を思いやる声の遣い方で良好なコミュニケーションがとれることなど、日常生活で活かすことができるものでした。

声のワークショップでは、発声練習や口の体操、喉のトレーニングを行い、参加者は発声練習の一環で行った、詩の音読や歌唱に真剣に楽しく取り組んでいました。短時間でできるトレーニングばかりで「家でも練習したい」という声が多く上がりました。

講演会の最後には3冊の絵本の読み語りがあり、これらの絵本は大人が読んでも様々なことを感じることができ、参加者は癒しの一時を過ごすことができました。

参加者の声

- ・日々感じていたが、あらためて声が重要であることがわかった。
- ・時間に追われる毎日で、今日は歌を歌って気持ちが明るくすっきりした。
- ・絵本から学ぶことがあった。絵本を借りに行きたい。
- ・講師のきれいな声ときれいな話し方に癒された。楽しく、心休まる時間だった。



「認知症の人に優しいお店」の紹介をしました

認知症を正しく理解するため、認知症サポーター養成講座を受講したお店を「認知症の人に優しいお店」として認定し、認定証やステッカーを配布しています。「認知症の人に優しいお店」では認知症の人と家族を地域で支える取り組みを実施しています。

藤枝市認定
認知症サポーター



認知症の人に優しいお店

バックNoの検索は

