介護予防　認知症予防につながる心理療法

回想法体験会

よこはま思い出サロン

毎月第3水曜日

幼い頃の思い出を楽しく語り合うことは
脳を活性化させ、生きる活力を引き出すと言われています
介護予防・認知症予防にも効果が期待されている回想法を体験しませんか？



ずっと
元気でいたい

楽しく
おしゃべりしたい

最近 物忘れが
気になる…

開催日 毎月第3水曜
2027年1/20・2/17・3/17
4/21・5/19・6/16

場所 かながわ県民活動センター
横浜市神奈川区鶴屋町2丁目24－2
横浜駅西口徒歩約5分

参加費 12,000円（全6回・茶菓子付）

定員 7名（先着順）

タイムテーブル
9:50　受付開始
10:10　回想法セッション開始
11:10　終了

※当サロンは回想法の普及・育成を目的とした公開サロンです。運営を学ぶための見学者が同席するほか、記録用の撮影・録画を行い、講座や広報等で活用させていただく場合がございます。あらかじめご了承の上、お申し込みください。
※会場までの送迎はありません（付添者同伴可）

申込 12月11日(金)15時までに
こちらのフォームから⇒

主催・お問い合わせ

NPO法人
回想法プランニング

認知症になっても住みよい社会へ
思い出が生きる力になる
【メール】 info@kaisohoplan.or.jp
【HP】

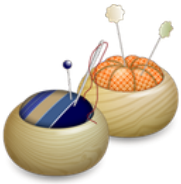
回想法について

　幼い頃に過ごしたふるさと。日暮れに気づかないほど夢中になった遊び。学校の思い出・・・。
　そんな懐かしい思い出を語り合うことで、脳を活性化し、心を安定させ、認知症予防・介護予防に効果的と言われる『回想法』が今注目されています。



「よこはま思い出サロン」について

　20年以上にわたり回想法を実践してきた当団体の代表や、経験豊富なトレーナーがファシリテーター（リーダー）を務める当団体の直営サロンとして、質の高いセッションを提供するとともに、次世代の実践者育成を目的とした「見学会」を兼ねて開催しております。
　見学者の方にとっては、実際のセッションを間近で見学できる数少ない貴重な機会です。セッション終了後には、リーダーの意図や技術を学ぶ「振り返り」の時間もあります。



主催するNPO法人回想法プランニングについて

　回想法を使った認知症予防・認知症周辺症状の改善に取り組み、講習指導実践を行っています。
　神奈川県と連携したコミュニティカレッジでの講座をはじめ、県内外の行政、社会福祉協議会等で講座を開催し、多くの回想法リーダーを輩出しています。
　福祉専門職を中心としたスタッフは豊富な経験を活かして、回想法トレーナーとして老人福祉施設等で回想法を指導、地域サロンの立ち上げ協力を行っています。
　開催する講座は認知症ケア専門士の単位取得講座にも認定されています。



NPO法人 回想法プランニング

認知症になっても住みよい社会へ
思い出が生きる力になる

ホームページ・SNS・Youtubeで
最新情報をお知らせしています
こちらのリンクからどうぞ→