



回想法・傾聴を学ぶ

想 い 出 語 り で い き い き と



『回想法』とは、過去のできごとに想いを巡らし語り合うことにより、脳を活性化し、自分の人生を捉えなおす機会とし、生き生きとした自分を取り戻そうとするものです。認知症ケア・介護予防・人と人とのつながり作りなどに効果があると注目されています。

あなたも『回想法』や話の聴き方『傾聴』を学び、ご家族や高齢者支援、地域活動などに活かしてみませんか。



<第1回は無料の体験講座！>

今年は「回想法」を気軽に体験していただくため、第1回は無料といたしました。この機会に回想法の楽しさ、すばらしさをぜひ体験してください！



講座のご案内

2019年 1/16、2/20、3/20 全3回

会場：横浜市市民活動支援センター
横浜市中区桜木町 1-1-56 クリーンセンタービル 4F
(JR 桜木町駅から徒歩 5 分)

講師：よこはま回想法倶楽部

●第1回 2019年1月16日(水) 13:45~16:40 参加費:無料

講義: 回想法ってなあに?

体験: 個人回想法「子ども時代の思い出」、グループ回想法

●第2回 2019年2月20日(水) 13:45~16:40 参加費:500円

講義: 傾聴を学びましょう!

体験: 傾聴、個人回想法「青春の思い出」

●第3回 2019年3月20日(水) 13:45~16:40 参加費:500円

報告: 地域や施設で行った回想法の実践事例を紹介します

体験: 傾聴、個人回想法「わたしの頑張ったこと」、「これから」

★修了証発行

交流会: (参加費別途、近隣の飲食店を予定しています)

一緒にお食事をしながら、講座の感想や抱負、

回想法活用事例などをお話ししましょう

(自由参加)

●対象 回想法や傾聴に興味がある方、ボランティア等に活かしたい方 ●定員 20名

●申込方法 メールで裏面の申込書項目を添えて、または FAX にてお申し込みください。

※定員を超えた場合のみご連絡します。

主催・申込先：よこはま回想法倶楽部

メール: kaisohoyokohama@gmail.com FAX: 045-771-1716 ホームページ: <https://kaisoho.yokohama/>

申 込 書

「回想法・傾聴を学ぶ」講座へ参加を希望します。

*以下にご記入ください。

参加希望日：1月16日（水） 2月20日（水） 3月20日（水）

記入日：平成 年 月 日

フリガナ 氏 名	
住 所	〒
連 絡 先	電話 F A X Email
高齢者支援や ボランティア経験	<input type="checkbox"/> ある 内容について、差し支えない範囲でご記入ください。 <input type="checkbox"/> ない
参加の動機	
ご意見・ご希望など	

*申込書に記載された内容につきましては、本講座と連絡のみに使用させていただきます。