

## 「ひもとき・思い出カレンダー」の使い方

「ひもとき・思い出カレンダー」は、認知症の人と、その人を支える皆さまに共に使っていただき、日々の会話を通じて、コミュニケーションを深めていただくことを目的に作成されました。

カレンダーは、「月」「日」「曜日」「天気」「思い出」の5つのパーツから構成されており、昔の思い出や、今の思いを引き出す「きっかけ」が記載されています。

カレンダーとして時を知らせる役割と同時に、その人の思い出や、思いを糸口として「子供時代」「ふるさと」「趣味」「旅」「出会い」「結婚」「仕事」「子供」などのライフステージの記憶を引き出します。

「懐かしい」「楽しい」「苦勞した」「頑張った」等の思い出を話すことで、精神的な安定をはかります。

認知症の人が、このカレンダーを見ることで安心できるとともに、このカレンダーを通じて、周囲の人との会話のつながりを持つことができます。また毎年使うことができ、且つ、各パーツに分かれているので、飾る場所のスペースや用途に合わせて自由に組み合わせて使うことができます。

このカレンダーが、認知症の人と、その人を支える皆さまとのかかわりを深め、認知症の人の過ごされてきた人生と、これからの生活を豊かなものにする一助となれば幸甚です。

なお最後になりますが、このカレンダーの絵や写真をご提供してくださいました皆さまに心より感謝申し上げます。

平成23年3月

社会福祉法人 浴風会  
認知症介護研究・研修東京センター