

# 出町茶論だより

でまち さろん

No. 75

2023.3.1



## マジックショー

コロナ禍はまだ収束が見えませんが、感染対策をしながらボランティアによるマジックショーを行いました。固く縛った紐があつという間に分かれてしまったり、ご利用者が引いたトランプを重ねたトランプの中に戻し、エイヤでそのトランプを当てたり、割りばしが手に吸い付き離れないなど、多彩な手品でご利用者が驚き、不思議な楽しい時間を過ごしていただきました。



## 想像力豊かにコグニサイズ



出町茶論ではコグニサイズをアレンジして取り入れており、ご利用者が輪になって計算や言葉探しを順番に答えあい、また職員が出す質問の回答にはユニークなものもあり、頭をフル回転で働かせて、和気あいあい行っています。



cognicise (コグニサイズ) はcognition (認知) とexercise (運動) を組み合わせた造語です。

◆どうぞご利用のお問い合わせ下さい◆

出町茶論(でまちさろん)

☎075-204-4716

京都市上京区寺町通今出川上る表町21 市川ビル

<https://demachi-salon.site/>

## 旅行気分



堀川通一条戻り橋の河津桜が色づき始めましたが、桜の故郷静岡県河津町の河津桜をライブで見ることができます。ご利用者の皆様にライブでご覧いただき、春の訪れと旅行気分を味わって頂きました。



Wi-Fiのライブで春爛漫の伊豆半島河津にひとつ飛び

## 令和5年度京都SKYシニア大学

公益財団法人京都SKYセンターが主催する令和5年度京都SKYシニア大学が5月から始まります。高齢期の学びや活動のきっかけづくりとして、九つのコースに毎回多くの高齢者の皆様が受講されています。

その中の「人生100年・探究心コース」は、多彩な講師陣による健康長寿や、プロダクティブエイジングに繋がる生きがいづくりをテーマとして好評を得ています。

会場は前半を東山七条の京都女子大学、後半を烏丸丸太町のハートピア京都で行い、それ以外に京都府立図書館、東山三条界隈の街再生見学、八木町での秋の収穫祭を予定しています。

健康長寿・生きがいづくりに地域の高齢者の方で関心をお持ちの方がおいでになりましたら、ぜひご紹介いただければと存じます。  
(本講座の企画に携わっています)

健康長寿3つの柱も講座に取り入れています。



東京大学高齢社会総合研究機構・飯島勝矢 作図「フレイル予防ハンドブック」より  
令和4年度の講座です。



秋の収穫祭



府立図書館で京大卒大道芸人 たつきゅうさんの講座