

# おれんじレター



2024年7月 耳原総合病院

オレンジカフェ (認知症カフェ) 事務局



みなさま、こんにちは!!

いよいよ梅雨に入り、ムシムシとした暑い日が続いていますが、  
体調はいかがですか? しっかりと水分を摂って、熱中症にならない  
ように気を付けましょうね。

さて、先日、我が家は「大阪市立自然史博物館」の友の会に入会して、  
いろいろな自然観察イベントに参加し始めました。

初めて参加した長居植物園案内「虫スペシャル」というイベントには、  
たくさんのお子様たちとともに、たくさんの高齢者の姿が...!!

誰かの付き添いということではなく、自分から学びに来ている方々が  
多く、熱心にメモを取りながら約2時間、1万歩近く植物園  
内を歩き回っていました。初夏の日差しを浴びながら、頭も身体も  
しっかり動かしている姿は、とても素敵だなあと思いました!

( 救急総合診療科 / 認知症サポート医 : 松津 頼 )

次回のオレンジカフェは...

7月20日(土) 14:00 ~ みみはらホール です。

おなじみになってきた「堺コックラ体操」や、

新企画「認知症マップ」を作ってみよう! の続きを予定しています。

暑い時期ですので、気を付けてお越し下さい ~♪