



はななかふえ

★開催時間：9：30～11：30（受付9：00～）

★開催場所：亀田医療大学 学生会館1F
学生食堂（亀ママキッチン）

★申し込み：不 要

2024年度 開催予定

4月27日(土)	10月19日(土)
5月25日(土)	11月9日(土)
6月22日(土)	12月21日(土)
7月6日(土)	2025年
8月はお休み	1月18日(土)
9月7日(土)	2月22日(土)
	3月8日(土)

状況により、日程を変更する場合があります。

【問合せ先】亀田医療大学 ☎ 04-7099-1211（代表）

地域連携・生涯学習センター はななかふえ担当

*認知症カフェは、認知症を持つ方、介護している家族の方、地域の方々の社会活動の場であり、支援する専門家などとの交流しながら、情報を共有する場です。

*「はななかふえ」には、看護を学ぶ学生も参加しています。





はななかふえ

4月のプログラム

テーマ:新たなスタートに向けて



日にち: 4月27日(土)

時間: 9:30~11:30(受付は9:00~)

場所: 亀田医療大学 学生会館1階食堂

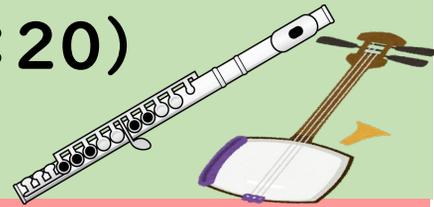
1.頭の体操(9:35~9:55)

*今年もクイズで認知度をチェックしよう



2.リラックスタイム(10:00~10:20)

学生の楽器生演奏 三線・フルート



3. Let's talk(10:25~11:10)

*カードで日頃の思いを言葉にしよう



4.体操(11:15~11:25)

*市民歌&房州よいとこに合わせて体を動かしましょう

亀田医療大学 校舎配置図



ココ ※**血圧測定**や**介護相談・健康相談**も行っています。スタッフに気軽に声をかけてください。

●ご来場の皆様へのお願い●
活動の様子を写真に撮り、本学のホームページに掲載いたします。
不都合のある方は、スタッフまでお申し出ください。

はななかふえ

5月のプログラム



テーマ:さわやかな5月の風の中で

日にち: 5月25日(土)

時間: 9:30~11:30(受付は9:00~)

場所: 亀田医療大学 学生会館1階食堂

1. 体操(9:35~10:10)

2. 語らいの時間(10:15~10:45)

希望する方は、血圧測定・健康相談もどうぞ

3. 季節の歌と三線(10:50~11:20)

※血圧測定や各種相談(健康、介護、スマホ)も行っています。
スタッフに気軽に声をかけてください。

●ご来場の皆様へのお願い●

活動の様子を写真に撮り、本学のホームページに掲載いたします。
不都合のある方は、スタッフまでお申し出ください。

はななかふえ

6月のプログラム

テーマ:色とりどり

日にち: 6月22日(土)

時間: 9:30~11:30(受付は9:00~)

場所: 亀田医療大学 学生会館1階食堂

1. 沖縄の音色に包まれて(9:35~9:45)

*学生による三線の演奏

2. 足のむくみについて(9:50~10:30)

*足のむくみで気になることは、ありませんか?

3. リラックスタイム(10:35~11:00)

*楽器の生演奏 本日は、ハーモニカ

4. 体操(11:05~11:15)

*市民歌&房州よいとこ または、ラジオ体操(房州弁)に合わせて体を動かしましょう

※血圧測定や介護相談・健康相談も行っています。

また、スマホ操作で困っていることがありましたら、お声かけください。



←はななかふえ公式LINEに登録すると、開催のお知らせが届きます。

●ご来場の皆様へのお願い●

活動の様子を写真に撮り、本学のホームページに掲載します。不都合のある方は、スタッフまでお申し出ください。

亀田医療大学 校舎配置図





はななかふえ 7月のプログラム

テーマ:天の川に願いを込めて!



日にち: 7月6日(土)

時間: 9:30~11:30(受付は9:00~)

場所: 亀田医療大学 学生会館1階食堂

1.認知症予防について(9:35~10:10)

*学生企画 ボール落としゲーム

3. 認知症の方の対応(10:20~10:50)

*学生企画 セタゲーム

皆で一緒に楽しもう

4. 体操(10:55~11:25)

ミニレクチャー:熱中症

* 市民歌&房州よいとこに合わせて体を動かしましょう



亀田医療大学 校舎配置図



ココ ※**血压測定**や**介護相談・健康相談**も行っています。スタッフに気軽に声をかけてください。

●ご来場の皆様へのごお願い●
活動の様子を写真に撮り、本学のホームページに掲載いたします。
不都合のある方は、スタッフまでお申し出ください。

はななかふえ

9月のプログラム

[テーマ] 音楽と体操(頭・からだ)
の相乗効果

日にち: 9月7日(土)

時間: 9:30~11:30(受付は9:00~)

場所: 亀田医療大学 学生会館1階食堂

1. ミニレクチャー&体操(9:35~10:05)

* 理学療法士によるミニ講義

* 市民歌&房州よいとこに合わせて体を動かしましょう

2. クイズで頭の体操(10:10~10:45)

* ワンス・アポン・ア・タイム・イン・日本。かつての日本の流行を思い出してみませんか。

3. ハーモニカの演奏(10:50~11:20)

* 秋、祭り、愛

※ 血圧測定や各種相談(健康、介護、スマホ)も行っています。かけてください。

●ご来場の皆様へのお願い●

活動の様子を写真に撮り、本学のホームページに掲載いたします。不都合のある方は、スタッフまでお申し出ください。





はななかふえ

10月のプログラム

テーマは、“青春のリレー”

* 大学祭と同時開催! *

* お昼は亀ママキッチンで食事ができます *

日にち: 10月19日(土)

時間: 9:30~11:30(受付は9:00~)

場所: 亀田医療大学 学生会館1階食堂

1. ハーモニカの演奏(9:35~10:05)

* 今日は大学祭。ハーモニカの音色を楽しみながら、皆さんの青春時代を思い出してみませんか

2. オーラルフレイルについて(10:10~11:00)

* 健口を保つために大切なこと、お伝えします

* 実践! 口周りの筋肉の鍛え方と咀嚼能力チェック

3. 体操(11:05~11:15)

* 市民歌&房州よいとこに合わせて体を動かしましょう

※ 血圧測定や各種相談(健康、介護、スマホ)も行っています。
スタッフに気軽に声をかけてください。

●ご来場の皆様へのお願い●

活動の様子を写真に撮り、本学のホームページに掲載いたします。不都合のある方は、スタッフまでお申し出ください。





はななかふえ
11月のプログラム
テーマは“みんなで温まろう”

日にち: 11月9日(土)

時間: 9:30~11:30(受付9:00~)

場所: 亀田医療大学 学生会館1階食堂

1. のど・からだを温める(9:40~10:05)

* 歌ってのどを、リズムに合わせてからだを温めましょう。

2. こころ・あたまを温める(10:10~11:10)

* お仲間と、学生と、教員と、交流で温まりましょう。

気になる情報、健康のこと、スマホの操作、話題は自由。
ぬり絵、パズル・クイズ、トランプも用意します。

3. 体操(11:15~11:25)

* 市民歌&房州よいとこに合わせて体を動かしましょう。

※ 血圧測定や各種相談(健康、介護、スマホ)も行っています。
スタッフに気軽に声をかけてください。

● ご来場の皆様へのお願い ●

活動の様子を写真に撮り、

本学のホームページ等に掲載いたします。

不都合のある方は、スタッフまでお申し出ください。





はななかふえ

12月のプログラム

テーマは“クリスマスの贈り物”

日にち: 12月21日(土)

時間: 9:30~11:30(受付9:00~)

場所: 亀田医療大学 学生会館1階食堂

1. 創作タイムで指先を鍛えよう(9:40~10:30)

*クリスマスカード 📄 クリスマスリース 🎄



2. クリスマスソングを歌おう

2. ビンゴ&クイズゲーム(10:40~11:10)

*チームに分かれてカードゲーム&クイズ

🧡 楽しくビンゴ 🧡 ちょっとだけ運と能力を発揮しよう

3. 体操(11:15~11:25)

* 市民歌&房州よいとこに合わせて体を動かしましょう。

※ 血圧測定や各種相談(健康、介護、スマホ)も行っています。
スタッフに気軽に声をかけてください。

●ご来場の皆様へのお願い●

活動の様子を写真に撮り、

本学のホームページ等に掲載いたします。

不都合のある方は、スタッフまでお申し出ください。





はななかふえ

1月のプログラム

テーマは“今年も笑顔で健康成就”

日にち: 1月18日(土)

時間: 9:30~11:30(受付9:00~)

場所: 亀田医療大学 学生会館1階食堂

1. 声を合わせて歌いましょう(9:40~10:00)

冬のリクエスト特集 🎵

2. 今年の祈願(10:00~10:30)

*絵馬に書いてみよう!!

🧡 祈願 🧡 目標 🧡



3. おしゃべりタイム【10:30~11:00】

🌸 🌸 私の事をちょっとだけ話そう 🌸 🌸

4. 体操(11:10~11:20)

* 市民歌&房州よいとこ に合わせて体を動かしましょう。

※血圧測定や各種相談(健康、介護、スマホ)も行っています。
スタッフに気軽に声をかけてください。

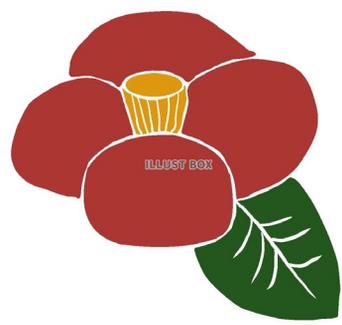
●ご来場の皆様へのお願い●

活動の様子を写真に撮り、

本学のホームページ等に掲載いたします。

不都合のある方は、スタッフまでお申し出ください





はななかふえ

2月のプログラム

テーマは、

“春を心待ちに、体と心を整えましょう”

日にち: 2月22日(土)

時間: 9:30~11:30(受付は9:00~)

場所: 亀田医療大学 学生会館1階食堂

1. ハーモニカの演奏(9:35~10:05)

* 去りゆく冬の景色と思い出を胸に、どっぴり冬の演歌に浸ってみませんか

2. 輪投げ(10:10~11:00)

* 縁をつなげよう、今もこれからも、みんなの“はななかふえ”

3. 体操(11:05~11:15)

* 市民歌&房州よいとこに合わせて体を動かしましょう

※血圧測定や各種相談(健康、介護、スマホ)も行っています。
スタッフに気軽に声をかけてください。

●ご来場の皆様へのお願い●

活動の様子を写真に撮り、本学のホームページに掲載いたします。不都合のある方は、スタッフまでお申し出ください。





はななかふえ

3月のプログラム

テーマは、

“振り返れば、そこに”

日にち: 3月8日(土)

時間: 9:30~11:30(受付は9:00~)

場所: 亀田医療大学 学生会館1階食堂

1. 体操(9:35~10:05)

- * 理学療法士からのミニ講義
- * いつもの体操(市民歌&房州よいとこ)

2. ハーモニカと歌(10:05~10:15)

休憩・語り

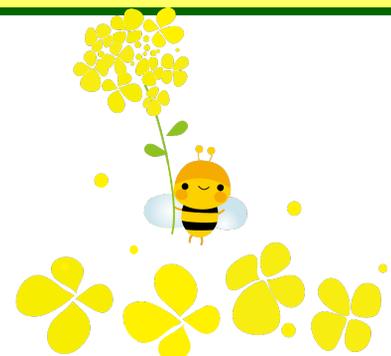
- * 血圧測定、健康相談、介護相談もどうぞ

3. はななかふえを振り返る(10:15~11:15)

- * はななかふえに参加して感じたことを語り合いましょう

●ご来場の皆様へのお願い●

活動の様子を写真に撮り、本学のホームページに掲載いたします。不都合のある方は、スタッフまでお申し出ください。



はななかふえ(来場者) 健康チェックリスト ver. 202205

はななかふえを安全に・安心して運営するために、回答にご協力ください。
参加する方の感染及び感染の拡大を防止するためのアンケートです。

1. 以下の質問について、お答えください。

①本日、37.5℃以上の発熱がある。 ※本日の体温()℃	あり	なし
②本日、咳がある。	あり	なし
③本日、下痢をしている。	あり	なし
④本日、皮膚にブツブツ(発疹)がある。	あり	なし
⑤現在、新型コロナウイルス感染の濃厚接触者として観察期間中である。	あり	なし
⑥参加 2 週間以内に自身又は、周囲の人に熱・咳・下痢・発疹があった。 誰に: 症状は:	あり	なし
⑦参加 2 週間以内に海外渡航歴がある。	あり	なし
⑧参加 2 週間以内に会食や、マスクを外しての会合を行った人の中で、風邪 など体調不良となった人がいた。	あり	なし

参加者氏名: _____ 日付:20 年 月 日

対応: 参加 ・ 不参加 確認者: _____.

はななかふえ(来場者) 健康チェックリスト ver. 202205

はななかふえを安全に・安心して運営するために、回答にご協力ください。
参加する方の感染及び感染の拡大を防止するためのアンケートです。

1. 以下の質問について、お答えください。

①本日、37.5℃以上の発熱がある。 ※本日の体温()℃	あり	なし
②本日、咳がある。	あり	なし
③本日、下痢をしている。	あり	なし
④本日、皮膚にブツブツ(発疹)がある。	あり	なし
⑤現在、新型コロナウイルス感染の濃厚接触者として観察期間中である。	あり	なし
⑥参加 2 週間以内に自身又は、周囲の人に熱・咳・下痢・発疹があった。 誰に: 症状は:	あり	なし
⑦参加 2 週間以内に海外渡航歴がある。	あり	なし
⑧参加 2 週間以内に会食や、マスクを外しての会合を行った人の中で、風邪 など体調不良となった人がいた。	あり	なし

参加者氏名: _____ 日付:20 年 月 日

対応: 参加 ・ 不参加 確認者: _____.