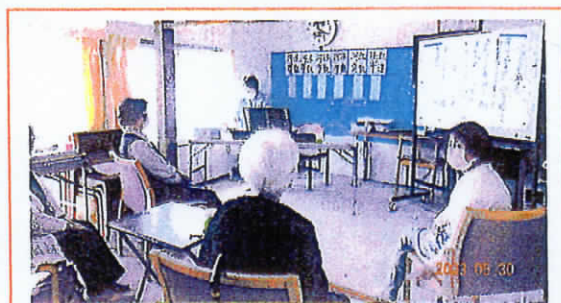


# ふれあいにくにこ通信 6月号

NPO法人ふれあいにくにこの丘 ☎631-5015

にくにこの丘の畑の野菜が実をつけ始めました。きぬさやのさわやかな味が食事を楽しませてくれます。また、シモツケソウの可愛い花が終わり、濃い紫色の葉っぱが勢いよく伸びています。今の季節はいろいろな花が私達の目に優しい季節です。

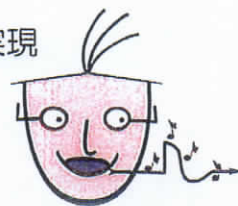
今月の居場所の紹介は・・・  
音楽療法の皆さんです！



## ♪音楽にのせて 老化防止・元気で長生き

♪～音楽のものすごい働き・4項目～♪

1. 生理的・身体的効能  
脳の活性化、血流促進  
心肺機能・言語口腔機能・運動機能の向上
2. 心理的効能  
質の高い生活作り、生き甲斐作り、ストレス発散
3. 社会的効能  
その人らしく生きるめあての実現  
周囲とのつながり・一体感
4. 認知的効能  
理解・実行昨日の向上  
注意分散機能・記憶力の維持



### 5月23日(火)令和5年度総会が開催されました

多数のご参加をいただき、ありがとうございました。提出されました議案等は全て承認され、令和5年度の活動が新たに始まりました。なお、長い間ふれあいにくにこの丘のためにご尽力をいただきました理事の向田ノリ子様、監事の荒井由三様が退任されました。本当にありがとうございました。また気軽にお立ち寄りくださるととても嬉しいです。

令和5年度 ふれあいにくにこの丘

何かしらのご縁があって、にくにこの丘に集まりました♡  
みんな仲良く、良い所を認め合って活動してまいりましょう♡

