

# 地域包括支援センターだより | 今月の予定 |

## 転倒予防教室「いきいき元気塾」

●尿もれ予防体操用ボール代（お持ちでない方）1,500円

と き	8月5日	8月19日	8月26日
	10時～11時30分		
と ころ	八竜改善センター	山本地域拠点センター	琴丘総合体育館

## 認知症予防教室 「わくわく！脳力アップ教室」

と き	8月22日
	10時～11時30分
と ころ	琴丘地域拠点センター

共通事項

対 象

おおむね65歳以上

持 ち 物

内履き、飲み物

## 認知症予防教室

### 歌って脳トレ！音楽療法講座

なつかしい歌を歌いながら、楽しくカラダを動かします。音楽のリズムで脳が刺激され心とカラダが元気になります。参加申込はいりません。

- と き 8月29日 10時～11時
- と ころ 山本地域拠点センター

送迎	9:25 琴丘地域拠点センター	発
	9:40 八竜改善センター	発
	9:50 山本地域拠点センター	着

※帰りは11:15に出発し、行きと逆順に送迎します。  
※乗車を希望する方はご連絡ください。



～安心して生活できる  
地域を目指して～

- と き 8月26日  
13時30分～15時
- と ころ 山本地域拠点センター
- 参加費 無料（参加自由）

おれんじカフェ（認知症カフェ）は地域の誰もが参加でき、安心してゆったりとした気持ちで過ごせる集いの場です。お気軽にご参加ください。

### 工作・ミニゲーム

楽しく交流しながら工作やミニゲームなどを行います。

### もの忘れ相談プログラム体験

パソコンの画面をタッチして、日時や花、動物などの言葉を答えることでもの忘れ度をチェックします。この機会に体験してみませんか。

## 認知症講演会を開催します



認知症を発症した高齢夫婦と男性介護職員のふれあいを通して、ケアされる側、する側、家族の思いなどが描かれた映画「ケアニン～ここに咲く花」の上映会です。

- と き 9月27日 10時～11時50分
- と ころ 琴丘総合体育館
- 定 員 約200人
- 申 込 9月20日まで
- 申込方法 電話またはQRコード



### 内 容

- 映画上映 「ケアニン～ここに咲く花」
- もの忘れ相談プログラム 9時10分～9時50分  
※先着6人程度
- おれんじカフェ 9時10分～12時30分

※各支所経由の送迎バスを運行します。バス時間は、9月号に掲載します。

## 鹿渡新屋敷地区で週1回の

### 介護予防サロン が始まります

住み慣れた地域でいきいきと暮らし続けるために、歩いて行ける身近な地域の会場で介護予防や支え合いの場所（サロン）作りの支援を行っています。

鹿渡新屋敷地区では、昨年5月から毎月1回、楽しみながら身体を動かす体操や脳トレなどに取り組む介護予防サロンを開催してきました。

今月21日からは、毎週木曜日に地区集会所で介護予防サロンを開催します。

お誘い合わせのうえ、ぜひご参加ください。



◆相談・申し込み・問い合わせ先 地域包括支援センター ☎ 85-4835