

地域包括支援センターだより | 今月の|予定|

◆相談・申し込み・問い合わせ先 地域包括支援センター ☎ 85-4835

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）1,800円

と き	5月12日	5月19日	5月26日
	10時～11時30分		
ところ	八竜改善センター	琴丘総合体育館	山本地域 拠点センター

認知症予防教室 「わくわく！脳力アップ教室」

と き	5月11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 5月15日 10時～11時
- ところ 八竜改善センター

送迎	9:25 琴丘地域拠点センター 発	※帰りは11:10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。
	9:40 山本地域拠点センター 発	
	9:55 八竜改善センター 着	

おれんじカフェ

～安心して生活できる
地域を目指して～

- と き 5月20日 13時30分～15時
- ところ 追泊公民館
- 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。

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。

ミニ講話「認知症のお薬について」

薬剤師が参加します。個別のお薬相談もできます。お薬手帳を持参してください。

家族交流会 てくてくみたね ～ロバ隊長についていく～

自宅で家族を介護している方が不安や悩みを相談できる場です。

**ロバのようにゆっくりと、
一歩ずつ着実に進みましょう♪**

- と き 5月15日 13時30分～15時
- ところ 山本地域拠点センター
- その他 守秘義務のルールがあります。

[広告]

お気軽にお電話ください! (一社) 三種町シルバー人材センター

農作業、草刈・除草、庭木せん定、野外・屋内清掃、家事援助、障子張り、墓清掃 他

会員募集 町内在住の60歳以上の方

- ◆生きがいや仲間づくりを求めている方
- ◆健康で働く意欲のある方ならどなたでも

電話 74-7765 FAX 74-7950

鹿渡字町後263（ひまわりセンター内）

営業日：月～金曜日