

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	6月9日	6月16日	6月23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	6月8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 6月19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
	9:40 山本地域拠点センター 発
	9:55 八竜改善センター 着

※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。

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 6月12日
13時30分～15時
- と ころ 上岩川羽立地区多目的
研修集会施設
- 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。

ミニ講話「認知症のお薬について」

薬剤師の方が参加します。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。

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。

家族交流会 てくてくみたね ～ロバ隊長についていく～

認知症の方を介護している家族が語り合う会です。ご本人と一緒に参加もできます。

**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 7月3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。

暮らしに役立つ
ファミリー誌

家の光

IE no HIKARI

定価(税込) 900円

JAグループ 家の光協会

お申し込みは
お近くのJAへ

JA秋田やまもと TEL:0185-87-4600