

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	9月1日	9月8日	9月15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	9月14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 9月18日 10時～11時
- ところ 山本地域拠点センター

送迎	9:25 八竜改善センター 発
	9:40 琴丘地域拠点センター 発
	9:55 山本地域拠点センター 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 9月11日 13時30分～15時
- ところ すいらんの館(下岩川)
- 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。

認知症講演会を開催！

映画上映

「ぼけますから、よろしくお願いします。」

認知症の母と耳の遠い父と離れて暮らす娘を題材にしたドキュメンタリー映画です。

- ★と き 10月3日 10時～12時
- ★と ころ 琴丘総合体育館
- ★定 員 約200人
- ★申込期限 9月24日
- ★申込方法 電話またはQRコード



おれんじカフェも開催します！
（9時10分～12時30分）

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。
※守秘義務のルールがあります。

- と き 9月4日 13時30分～15時
- ところ 山本地域拠点センター

ロバのようにゆっくりと、
一歩ずつ着実に進みましょう♪