

お知らせ

■ 認知症カフェ「出張! オレンジカフェinアピタ島田店」

「認知症カフェ」には、医療や介護の専門スタッフがいます。認知症の人やその家族の皆さんも、安心してゆっくりお話できますので、お気軽にお越しください。

とき／9月24日(日) 午前10時～午後2時

ところ／アピタ島田店 2階中央エスカレーター前

内容／しぞ～かでん伝体操の体験、認知症についてのDVD上映、認知症相談、くつろぎコーナーなど(詳しくは、高齢者あんしんセンターまたは包括ケア推進課へ)

【高齢者相談】☎・ところ／各高齢者あんしんセンター (地域包括支援センター)

とき	月～金曜日	8:30～17:00
高齢者あんしんセンター 第一・北 老人保健施設「アポロン」内 ☎ 33-0882		
高齢者あんしんセンター第二 保健福祉センター「はなみずき」内 ☎ 34-3240		
高齢者あんしんセンター 六合 六合公民館「ロクティ」内 ☎ 32-9699		
高齢者あんしんセンター 初倉 初倉地域総合センター「くらら」内 ☎ 30-0617		
高齢者あんしんセンター 金谷 金谷北地域交流センター内 ☎ 45-5610		
高齢者あんしんセンター 川根 市役所川根支所内 ☎ 58-0321		

【9月の高齢者ふれあい事業】☎長寿介護課 ところ／はなみずき内「ふれあいセンター」(2階)

教室名／開催日／時間

ビーズ細工で楽しむおしゃれ★／7日(木)・20日(水)／午前10時～午後3時

手芸の日、何を作るかお楽しみ◆／1日(金)・8日(金)・15日(金)・22日(金)・27日(水)／午前10時～午後3時

みんなで楽しく歌いませんか／4日(月)／午前10時～11時30分

大正琴を楽しみましょう／5日(火)・19日(火)・26日(火)／午後1時～3時30分

絵手紙を描こう／13日(水)／午前10時～正午

楽しく遊んで若返り／14日(木)／午前10時～11時30分

みんなで折り紙を作りましょう／5日(火)／午前10時～正午

楽しい食生活◎／19日(火)／午前10時～正午

美しい「詩歌」を吟じて健康づくり／19日(火)／午前10時～正午

健康は足の裏から／28日(木)／午後1時30分～3時

ペタンクを楽しみましょう／21日(水)／午前9時30分～11時30分

◆ 必要なものを持参 ◎ 要予約 ★ 新規要申込

8月の「耳より情報」

認知症予防講演会「コグニサイズ」で運動しながら脳を刺激!

「コグニサイズ」とは、国立長寿医療研究センターで開発された、脳と身体を同時に使うことで認知症を予防(改善)するプログラムです。

とき／10月19日(木) 午後2時～3時30分

ところ／ローズアリーナ サブアリーナ

定員／200人(先着順)

申し込み／9月1日(金)～29日(金)の間に、電話で長寿介護課へ

持ち物／室内履き、飲み物、タオル

講演／コグニサイズの講演と実技「運動しながら脳を刺激します!」

講師／国立長寿医療研究センター予防老年学研究室健康増進研究室
室長 土井剛彦氏

※コグニサイズとは、認知のコグニションとエクササイズの造語です。

