

# 認知症オレンジ手帳書き方講習会



in 西諫早公民館（金曜コース）

フレイル予防教室  
脳トレ前30分編

開催日 令和5年8月25日（金）

参加者 10名（男性1名、女性9名）



フレイル予防教室が始まる前に、認知症やオレンジ手帳についてお知らせしました！

## オレンジ手帳について

認知症になった時に**備えて**、  
自分にとって**大切**なことを  
まとめておくことができます！

名前や、住所の他に通院先や、趣味、自分史シート等なぜ、たくさん書かなければならないのか疑問だったが、必要性がわかった。書けるところから記入したい。



オレンジ手帳が、これからの自分の希望を伝えるアイテムの一つとわかった。自分だけでなく、家族や近所の人にも伝えていきたい。

## 出前講座実施中！

より詳しく知りたい方は、地域包括ケア推進課までお申込み下さい！

