



# 認知症オレンジ手帳書き方講習会

## in 平山団地公民館

 開催日 令和6年2月2日(金)

フレイル予防教室  
脳トレ前30分編 

 参加者 8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!

ーオレンジ手帳についてー

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!

 Point!  
元氣なうちに書き始めること



 参加者の声

オレンジ手帳は終活みたいで嫌だったけど、元氣だからこそ書くべきなんだとわかって、書く気持ちになった。



ケ・セラ・セラ〜♪  
=なるようになる♪  
オレンジ手帳に記入したら  
そんな気持ちになれるかも!



 いままでシート なじみシート


記入日 年 月 日

築いてきた「なじみの暮らしかた」と「こだわり」について、あてはまる  にチェックし、余白に記載ください。

記入例	長年なじんだ習慣や好み	備考 (思い・こだわり等)
好きな音楽	<input type="checkbox"/> クラシック <input type="checkbox"/> 洋楽 <input type="checkbox"/> 演歌 <input type="checkbox"/> 歌謡曲 <input type="checkbox"/> フォーク <input type="checkbox"/> その他 ( )	「ケ・セラ・セラ」という歌が好きだった。

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!

 0957-22-1500

