

# いさはやオレンジ手帳書き方講習会

認知症

## フレイル予防教室脳トレ前30分編



開催日 令和6年6月25日(火)

### オレンジ手帳とは？

会場 諫早図書館



医療や介護サービスを利用するときに  
自分が安心できる「時間」や「場所」を  
つくるヒントとするため、元気な頃から  
必要な情報をまとめることができる手帳です。

参加者 21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！

### 昔あそんだ遊び



- ・ゴム飛び
- ・ペチャ
- ・缶蹴り
- ・かくれんぼ

「色々な遊びをしたね～」と話が  
盛り上がっていました。(推進員より)



### 参加者の声

皆と話しながらなら書けるかもね。

昔話に花を咲かせながら、ワイワイと  
楽しく記入が出来る事を伝え、出前  
講座の案内をしました。

(推進員より)

出前講座のお申込みは、

お住いの [諫早市地域包括支援センター](#) [検索](#)

または [地域包括ケア推進課](#) (☎0957-22-1500) へ

▼諫早市高齢者  
ささえあいネット

