

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【北部】



開催日 令和6年7月9日(火)

オレンジ手帳とは？

会場 西諫早ふれあい会館



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 11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！

昔した遊びについて参加者で話しました



缶蹴り、ゴム取り、鬼ごっこ、
おはじき、お手玉、ままごと、
てまり、フラフープ、駒回し、
花いちもんめ、ビー玉、メン
コ、縄跳び、羽子板、



参加者の声 

オレンジ手帳を少しずつ書いてみたい

昔の遊びを思い出して楽しかった

オレンジ手帳は大きくなって見やすくなっ
ったね

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

