

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【東部】



開催日 令和6年7月10日(水)

オレンジ手帳とは？

会場 西之尾公民館

参加者 14名



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。

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

・ビー玉 ・ぺちャ ・ままごと

・ソフトボール
(家に入って怒られよった～)



当時ならではの遊び方など一番話が盛り上がっていました。



参加者の声

認知症のことが知れてよかった。

体力のあるうち書かんばたいね。

自分史ページに、自分の写真を貼ってもいいかもね。

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

