

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【南部】



開催日 令和6年8月27日(火)

会場 赤崎会館

参加者 13名



オレンジ手帳とは？

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！

自分史シート

赤崎で生まれて赤崎で育って、嫁いで。赤崎の事は何でも聞いてもらってよかだよ。それでも書くってなったら、いつの事が忘れたね～!!



参加者の声

*自分の事でも書くの難しいね～

*好きな所から書いてよかたい!

*残りは、家でゆ～っくり書こう

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

