

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【中央部】



開催日 令和6年9月26日(木)

オレンジ手帳とは？

会場 市民センター



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 15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

- ・秘密基地づくり
- ・おはじき
- ・川遊び
- ・缶蹴り
- ・めんこ
- ・ゴム飛び



昔の事を思い出し、「よく遊んだね」と話が盛り上がっていました。(推進員より)



昔の遊び聞き取り中

参加者の声



物忘れと認知症の違いがわかってよかった。

認知症への備えが大事だね。

昔の遊びを思い出して楽しかった。

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

