

# 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11月12日(火)

オレンジ手帳とは？

会場 長田町公民館

参加者 9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

- ・ままごと
- ・ビー玉
- ・あやとり
- ・お手玉
- ・缶けり



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

これまで、認知症の人と関わりがなかったが、今回、認知症と物忘れの違いがわかりました。

ゆっくり思い出せば、幼少期のことも書けるかもね。

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

