

# 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【西部】



開催日 令和6年11月13日(水)

### オレンジ手帳とは？

会場 たらみ会館



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 14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！

皆さん、一緒に書きましょう♡

オレンジ手帳、黙々と書かれています。一緒に書くと、進みますね！是非、サロンや老人会等でオレンジ手帳書き方講習会を活用してください。



### 実際の記入例

いままでシート なじみシート

記入日 年 月 日

築いてきた「なじみの暮らしかた」と「こだわり」について、あてはまる☑にチェックし、余白に記載ください。



	長年なじんだ習慣や好み	備考 (思い・こだわり等)
食事の習慣	好物 嫌物 なんでも好き	
好きな テレビ番組	動画配信	
ほっとする ひととき	お風呂	

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

