

# 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12月16日(月)

オレンジ手帳とは？

会場 久山台コミュニティセンター

参加者 16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！

皆さん、一緒に書きましょう！

記入がわからない所も一緒に書けば、進みます。  
是非、オレンジ手帳書き方講習会、サロン、老人会で活用してください!(^^)!  
推進員より



実際の記入例

いままでシート なじみシート

記入日 令和6年12月16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)
好きなテレビ番組	朝ドラ、韓ドラ	

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

