

いさはやオレンジ手帳書き方講習会

フレイル予防教室脳トレ前30分編【北部】



開催日 令和7年3月28日(金)

会場 西栄田町公民館

参加者 21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！

大切にしている時間について



- ・ 家族との団らん
- ・ 健康づくり
(フレイル予防教室)
- ・ いきいきサロンで
みんなとおしゃべり



参加者の声

書ける部分から記載して
いきたい。

オレンジガイドについても
知れてよかった。



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

