

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7年3月6日(木)

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。

会場 神津倉公民館

参加者 13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！

今までシート



〈長年なじんだ趣味や日課〉

- ・ テニス ・ 音楽鑑賞 ・ 散歩

長年やっていた趣味でたくさん話が出ており盛り上がっていました。

(推進員より)



参加者の声

認知症に備えとかんばねえ

この手帳を書いておくと、良い介護を受けられることに繋がるとねえ

昔のこと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

