

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【南部】



開催日 令和7年6月18日(水)

オレンジ手帳とは？

会場 小野ふれあい会館

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 6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！

参加者の声

書けるところから書いてみよう。

昔むかしの話よ～(笑顔)

自分でも書くのが難しい……



いままでシート なじみシート
(実際の記入ページ)

記入例	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 さしみ 嫌物 あげもの	
趣味・遊び	絵をかく 詩吟	



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](#)

▼諫早市高齢者
ささえあいネット

または 地域包括ケア推進課 (☎0957-22-1500) へ

