

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【東部】



開催日 令和7年8月28日(木)

オレンジ手帳とは？

会場 中田町公民館

参加者 15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！

日課・趣味

- ・ 家事
- ・ 犬の散歩
- ・ 庭の手入れ



参加者の声

書くのは大変だけど、大切なこと。

書くことで脳トレにもなるね。

認知症に備えて書いておこう。

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

