

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【西部】



開催日 令和 7年 9月12日(金)

オレンジ手帳とは？

会場 喜々津団地公民館

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！

昔の遊び

- ・ゴム飛びとかチャンバラで遊んだね
- ・羽根つきや毬つきもしたね



参加者の声

帰ってからも書いてみよう

私の性格はどがんかね

この手帳は大事かよね



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

