

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【南部】



開催日 令和7年9月8日(月)

会場 有喜ふれあい会館

参加者 13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！

いままでシート

大切にしている時間は、知人や
友人との雑談、趣味・スポーツ
の時間。有喜のグランドゴルフ
は賑やかでどっちにも当てはま
るよ。



参加者の声

自分のことに興味が無くて…。

こんな細かく、子どもも知らんよね。

私は書くの二冊めです！



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

