

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【中央部】



開催日 令和7年11月18日(火)

オレンジ手帳とは？

会場 市民センター



参加者 12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！

若い頃、熱中したこと



・読書

本を読むのが好きで
小説ばかり読んでいた。

・編み物

セーターや色々な物を
作った。



・映画鑑賞

高校生の時、好きな芸能人
の映画を見に行っていた。



参加者の声

家できちんと書き進めようと思う。

昔の事を思い出して懐かしい
気持ちになった。

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

