

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【北部】



開催日 令和7年11月20日(木)

会場 永昌町公民館



参加者 12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！

好きな事や、得意な事など
話をしました

・テレビの情報番組を見るのが
日課。

・得意ではないが、料理をするの
が好き。



参加者の声

諫早市民みんなオレンジ手帳を
書いてもいいのではないかな

せっかくなので、書いてみようと思っ

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

