

いさはやオレンジ手帳書き方講習会

認知症

フレイル予防教室脳トレ前30分編【西部】



開催日 令和 8年 2月 10日(火)

オレンジ手帳とは？

会場 たらみ会館

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！

地域や社会的役割



- ・婦人会
- ・消防団
- ・サロンの世話人

携帯を出され登録されている住所などを記入されて凄いですね!と話すと「今は便利になったよ」と照れ笑いされていました。(推進員より)



参加者の声



今は携帯に住所も登録できるけん、連絡先を書くのも楽になった。昔は手帳を持ち歩かんばやった。

思い出して書くのも脳トレになるね。

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

