オレンジカフェに参加してみませんか？



「オレンジカフェ（認知症カフェ）」とは、認知症の人やその家族、医療や介護の専門職、地域の人など、誰もが気軽に参加できる「集いの場」です。



●開催場所 まつぶし緑の丘マルシンパーク サークル室１・２ ●参加費　200円／人	日　　時
	６月11日（木）　13：30 ７月９日（木）　〃 ９月10日（木）　15：00

問合せ先　松伏町社会福祉協議会　電話 048-991-2701

～令和８年度認知症予防事業～

認知症の予防には、バランスの取れた食事、適度な運動、十分な睡眠、知的活動、社会参加などが重要です。これらの習慣を継続的に行うことで、認知機能の低下を遅らせ、認知症の発症を予防できる可能性があります。

地域のみなさんと一緒に楽しく取り組んでいきましょう。

開催場所　ふれあいセンターかがやき　２階　多目的室２
日　　時　6月22日(月)･7月27日(月) 午後1時30分～3時00分(8月はお休み)
持 ち 物　汗拭きタオル・水分補給用（水、麦茶等）・筆記用具
内　　容　□認知症という病気について学ぶ
□リズムに合わせて簡単にでき毎日続けられる体操
□脳を活性化するトレーニング
□懐かしいメロディーにのってリラクゼーション
申 込 み　**6月分は6月10日㈬10:00～･7月分は7月2日㈭10:00～(先着 30名)**
松伏町社会福祉協議会　電話：048-991-2700

「介護者のつどい」のご案内 ～お気軽にお越しください～

認知症や障がいのある方を介護している方なら、どなたでも参加できます。

- 在宅介護、施設介護、遠距離介護等、介護の在り方は問いません。
- 認知症等の人を介護する方同士がお互いに話し合い、耳を傾けあう場です。
- ひとりで悩まず、ここであなたの思いを話してみませんか

日　時　令和８年６月27日（土）午前10時～ 11時30分
場　所　松伏町ふれあいセンターかがやき　２階　多目的室２
対　象　認知症や障がい者を介護している方、ケアラー、家族
内　容　認知症や障がいについて一人で悩まず思いを語りましょう。
問合せ先　介護保険事業係（電話：048-991-2700）