



第9回

みんなで知ろう!

認知症



こんにちは。認知症地域支援推進員の賣田です。今回は末吉町にある北部地区公民館のほっとカフェを紹介します。北部地区公民館のほっとカフェは、みんなで話すことが認知症の予防になるのではとの思いで始められました。いつも25人前後の参加者が集まりスカットボール・折り紙・脳トレなどを楽しんでいます。最近は物忘れが増えたなと思う方や認知症の当事者も参加されていて、地域に住む方々が誰でも気楽に参加できるほっとカフェとなっています。



参加者の声

家に居ても
することがなかったが
ここに来てみんなと
話ができ楽しい。

近くに集まる
場所があることで
気軽に参加できて
よかった

【利用案内】

北部地区公民館 毎月最終月曜日 午後1時15分～午後3時
北部青少年館 毎月第2水曜日 午後1時15分～午後3時

相談窓口・活動内容のお問い合わせ

【福祉介護課 地域・高齢者支援係】【曾於市地域包括支援センター】
☎ 0986-76-8807 ☎ 0986-76-8824

「最近、物忘れが気になる」
など、心配や不安があったら
お気軽にご相談ください。



健康 information

わたしたち大隅町「コスモス会」です

【お問い合わせ】福祉介護課 地域・高齢者支援係 ☎ 0986-76-8807



コスモス会は平成29年7月に始めました。2つの自治会と外部から1名参加し12名ほどで活動しています。基本の体操の後は脳トレとしてプリント問題・ゲーム・作品作りなどあらゆるものに挑戦し、ととにぎやかで楽しい教室です。

わたしたちの教室のキラリさん★

お二人とも90歳を超えましたが体操・脳トレを一生懸命取り組んでいます。山口さんは90歳の時に両足の太ももを骨折し3カ月入院しましたが、今では元気に歩いて教室に参加♪荒武さんは両膝の痛みがあるようですが、体操教室がとても楽しみだそうです♪



山口 治子さん 荒武 ヤエ子さん

次回は財部町の「あじさい体操教室」です。お楽しみに♪