

みんなで知ろう 認知症

第30回 ほっとカフェに参加してみませんか？



◎ほっとカフェとは

どなたでも気軽にお茶を飲みながら語らい、交流して楽しむ場所です。講演・演奏会・体操などのイベントも行っています。認知症・介護の悩みを抱えるご家族や支援されている地域の方々、そして当事者のご本人がほっと一息つける場所を目指しています。

今回ご紹介するのは

「財部保健福祉センター」 ほっとカフェ

レクリエーションや製作の後に認知症に関する講話を聞き、参加者の悩みや不安などを共有します。認知症の診断を受けた方だけでなく、介護をするご家族も参加しています。お互いの思いや不安、悩みなどを共感し合える場になるよう心がけています。どなたでも参加できるので、一度のぞいてみませんか？



◎市内5か所で開催

皆来館・そお生きいき健康センター・財部保健福祉センター・大隅弥五郎伝説の里・末吉町北部地区公民館で開催しています。参加は無料です。



日時 2月12日(水)・3月11日(火)
午前10時～正午

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】

☎ 0986-76-8807

【曾於市地域包括支援センター】

☎ 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。

私たちの 体操教室

末吉町

なごぶい体操教室



棚木公民館で毎週金曜の午後に体操しています。メンバーは男性3名、女性6名の計9名です。開始前に近況報告しながらお互いの体調を確認し合い、欠席した方にもお互い連絡し声をかけています。みんなと会える体操教室が楽しみです。月1回のサロンも続けています。



わたしたちの教室の
牛ラカさん

通山 ミサエさん

最年長 89 歳です。自宅から教室へ歩いて1番に来ます。「よく動くこと」が元気の秘訣で、草取りや敷地の手入れが日課。みんなの憧れです。

お問い合わせ

福祉介護課 地域・高齢者支援係 ☎ 0986-76-8807