

介護予防サロン

脳いきいき健康サロン

認知症について正しく理解していただくためのミニ講座を開き、認知症予防運動を紹介・実践します。

日時 10月12日(水) 13時30分～15時
会場 いきいき4・6 2階リラックスルーム
対象 町内在住で65歳以上の方
内容 テーマ「認知症と指先運動の関係性」
 昔から「指先を使うと頭に良い、老化を防ぐことができる」と言われますが、なぜ指先を使うと老化や認知症予防ができるのかをお伝えします。

参加費 無料(予約不要)
詳細 白老高齢者複合施設 ☎82-2200

すこやかサロン

日時 10月25日(火) 10時～11時
会場 虎杖浜生活館
対象 町内在住で65歳以上の方
内容 作業療法士指導による健康体操、看護師による血圧測定や健康相談など(十分に感染対策を行います)。

参加費 無料
申し込み 送迎希望の方は下記へ電話してください
詳細 社会福祉法人 天寿会
 大塚 ☎87-2611

社台サロン

日時 10月7日(金) 「積み木交流」
 11月4日(金) 「うたごえ喫茶」
 時間はいずれも10時～11時30分
会場 社台生活館
対象 町内在住で60歳以上の方
参加費 無料
定員 各講座15人
申し込み 直接会場へ来てください。送迎希望の方は前日の15時までに連絡してください。

詳細 NPO法人ウテカンパ
 田村 ☎080-1874-3624
 (平日9時～16時)

認知症カフェ

オレンジかふえ

認知症や健康について考え、話し合う場です。

日時 10月14日(金) 13時～14時30分
対象 一般
内容 テーマ「認知症の方の徘徊(はいかい)について」
 認知症の方は、認知面の低下により道に迷うことなどがあります。その時に周りの人がどのように接することが望ましいかを話し合います。


日時 10月18日(火) 13時～14時30分
対象 認知症の方と家族の方
内容 主に家族の認知症介護の悩みや介護負担の軽減、介護の仕方、気持ちの整理など幅広く悩み相談を受けます。お茶菓子も用意していますので気軽に参加してください。出入りは自由です。

《共通項目》

会場 いきいき4・6 2階リラックスルーム
参加費 1回100円(予約不要)
詳細 道央佐藤病院
 大谷 ☎090-3114-6620


社台カフェ

日時 10月21日(金) 10時～12時
会場 コミュニティカフェ「ミナパチセ」(社台191-10)
対象 一般
内容 テーマ「ベンガラ泥染めワーク」
参加費 無料
定員 10人
申し込み 直接会場へ来てください。送迎希望の方は前日の15時までに連絡してください。
詳細 NPO法人ウテカンパ
 田村 ☎080-1874-3624
 (平日9時～16時)



郵便局の **終活**のご相談なら
「生活相談ダイヤル」へ!

ご相談無料 まずはお気軽に何でもご相談ください。

相続	お墓	葬儀	老人ホーム
 <ul style="list-style-type: none"> ・相続手続き ・相続税 ・遺言書作成等 	<ul style="list-style-type: none"> ・思い出整理 ・生前・遺品整理等 		

郵便局の終活サービス ろうご みなよい

0120-65-3741

受付時間：平日9時～20時(土日祝・年末年始除く)