

介護予防サロン

脳いきいき健康サロン

日時 2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「誰がなるの? 認知症」今月はどのような方が認知症になるのかを認知症の原因などを交えてお伝えしていきたいです。
参加費 無料(予約不要)
詳細 白老高齢者複合施設 ☎82-2200

元気サロン

会場 北吉原ふれあいプラザ
対象 町内在住で65歳以上の方 **参加費** 無料
内容 2月に関する脳トレ問題・節分レクリエーション
申し込み 下記に電話(送迎希望の方は連絡してください)
詳細 社会福祉法人 優和会 ☎83-4240

どんぐりサロン

日時 2月15日(土) 9時30分～11時
会場 通所介護どんぐり(萩野310-112)
対象 町内在住で65歳以上の方
内容 どんぐり体操、脳トレゲーム
定員 15人(要申し込み) **参加費** 無料
申し込み 下記に電話(送迎希望の方は連絡してください)
詳細 社会福祉法人 優和会 ☎83-4240

すこやかサロン

日時 2月4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 **参加費** 無料
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栄養相談など
申し込み 下記に電話(送迎希望の方は連絡してください)
詳細 社会福祉法人 天寿会 ☎87-2600

社台サロン

日時 2月10日(月) 10時～11時30分
「座ってできる筋トレ(背骨コンディショニング協会認定パーソナルトレーナー)」
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 直接会場に来てください(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

日時 2月14日(金) 13時～15時
対象 一般
内容 お茶を飲みながら、皆さんと認知症についてのさまざまな疑問や悩みを話し合います。不定期で軽食も作ったりしています。

日時 2月18日(火) 13時～15時(出入り自由)
対象 認知症の方と家族の方
内容 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。

.....《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

どんぐりカフェ

日時 2月13日(木)
13時30分～15時30分(出入り自由)
会場 萩野生活館 **対象** 一般
内容 毎日の暮らしの中で気になる事、心配な事、認知症や介護についてなどお茶を飲みながら一緒にお話しませんか?
参加費 1回100円
申し込み 下記に電話(送迎希望の方は連絡してください)
詳細 社会福祉法人 優和会 ☎83-4240

社台カフェ

日時 2月24日(月) 10時～12時
会場 コミュニティカフェ「ミナパチセ」
(社台191-10)
内容 市民後見人とは?
対象 一般
申し込み 直接会場に来てください(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)

認知症に関するビデオ学習会(2月)

日時 2月6日(木) 11時～13時
会場 白老生活館(高砂町2-3-36)
対象 誰でも参加できます。 **参加費** 無料
内容 ①11時～12時 ビデオ学習「～“認知症家族”の3年～(コロナ禍で認知症の家族は何をどう考え、感じたか)」
②12時～13時 昼食懇談会
※懇談会に参加する方は昼食をご持参ください。
主催 白老町認知症の人と家族などの会
詳細 白老町認知症の人と家族などの会事務局
☎82-6306