

介護予防サロン

脳いきいき健康サロン

日時 3月11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 「認知症と血管・血圧の関係性②」
 認知症と血圧は密接に関連しており高血圧は脳血管を損傷し、認知症リスクを高めるといわれております。1月の教室に続き、今回は後編の内容でお送りします。
参加費 無料(予約不要)
詳細 白老高齢者複合施設 畠山
 ☎82-2200

元気サロン

日時 3月5日(木) 13時30分～15時
会場 北吉原ふれあいプラザ **参加費** 無料
対象 町内在住で65歳以上の方
内容 3月に関するプリント、体操、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 3月21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 3月10日(火) 10時～11時
会場 虎杖浜生活館 **参加費** 無料
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栄養相談
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 ☎87-6333

社台サロン

日時 3月9日(月) 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
内容 「ベンガラ染め体験」
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時までに連絡ください)。
詳細 NP0法人ウテカンパ(平日9時～16時)
 田村 ☎080-1874-3624

認知症カフェ

オレンジかふえ

日時 3月13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合います。不定期で軽食も作ったりしています。

日時 3月17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 白老高齢者複合施設 畠山
 ☎82-2200

どんぐりカフェ

日時 3月12日(木)
 13時30分～15時(出入り自由)
会場 萩野生活館 **対象** 一般
内容 暮らしの中で気になる事、心配な事、介護等について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

どんぐり出張カフェ

日時 3月18日(水) 13時30分～15時30分
会場 萩野公民館
対象 どなたでも参加できます。
内容 オレンジランプ上映会(100分)
 若年性認知症と診断された丹野智文さんをモデルにした映画です。
参加費 無料 **申し込み** 不要(送迎なし)
詳細 社会福祉法人 優和会 ☎83-4240

社台カフェ

日時 3月23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)
対象 一般
内容 「ドレッシング作り」
申し込み 要申し込み。下記に電話(送迎希望の方は前日の15時までに連絡ください)。
詳細 NP0法人ウテカンパ(平日9時～16時)
 田村 ☎080-1874-3624