



今回のお知らせ内容

- はればれフォローアップ教室の活動紹介
- オレンジカフェが開催されました
- お元気くらぶ開催のお知らせ

❀はればれフォローアップ教室の活動紹介❀

介護予防教室はればれフォローアップ教室のみなさんが、9月13日に行われた敬老会で余興を披露しました。毎年好評をいただいているはればれ余興ですが、今回は来年に迫った東京オリンピックに向けて「東京五輪音頭」をご披露させていただきました。今年は例年にも増して練習時間が少ないなかでの本番だったのですが、みなさん笑顔で踊りきることができました！来年度の敬老会もご期待ください！！



🌸 オレンジカフェが開催されました 🌸

今年度 2 回目のオレンジカフェが 7 月 30 日に開催されました。

今回のオレンジカフェは、介護予防教室のはればれフォローアップ教室、家族介護教室と一緒に開催し、たくさんの方々に参加していただきました。



暑い日の開催となった今回のオレンジカフェでは、はればれ
フォローアップ教室のメンバーのみなさんにお手伝いしてもらい
「流しそうめん会」を行いました。



流しそうめんの他にも、介護を助けるグッズの展示や、もの忘れの相談、介護をしている家族の相談なども実施し、
みなさんにご好評をいただきました。



オレンジカフェは認知症の方や、その家族の方、介護予防に興味のある方、
地域住民など、どなたでも参加できます。

介護や認知症に関する悩み事相談、介護者を家族に持つ方同士の情報交換など、
みなさんが気軽に集える場を目指しています。



不定期開催のオレンジカフェですが、今後も様々な企画を考えておりますので、どうぞお気軽にご参加ください😊

お元気くらぶ開催のお知らせ

今年度も65歳以上の方を対象に、冬期間、家に閉じこもりがちになるのを予防し、元気にいきいきとした生活を予防するため、お元気くらぶを開催いたします。

1. 期 間：令和元年11月～令和2年3月末まで

全6回開催

2. 内 容：各常会の集会所等で、手工芸やレクリエーション・体操など、
参加した方が話し合ってやりたいことを決めます。

男性のみの参加も大歓迎です。



3. 参加申込：常会長さんへお申し込みください。

(常会長さんは希望者を取りまとめて地域包括支援センターにお申し込み下さい)

申し込み順に23会場で開催予定です。

4. その他：活動資金として委託料(会場使用料や講師料等)が支払われますが、手工芸品など個人で持ち帰るものは実費で購入していただきます。

5. 問い合わせ：地域包括支援センター（ 61-7560 ）谷地村

昨年度の様子

