

話す・聴く・つながる。誰でも気軽に参加できる憩いの場

オレンジカフェ

オレンジカフェは、認知症カフェです。ほっとひと息、ゆっくりおしゃべりしませんか？
どなたでも気軽に参加できる地域のみなさんの交流の場です。
楽しい時間を一緒に過ごしましょう😊



こんな方におすすめ

- ・物忘れ症状がある方
- ・ご家族や介護をされている方
- ・認知症について知りたい方
- ・地域で交流したい方



初めての方、お一人での参加も大歓迎😊
申し込み不要です。お気軽にお越しください。

こんな場所です

- 😊 楽しくおしゃべり
- ☕ お茶を飲みながらリラックス
- 💡 介護や認知症について情報交換
- 🤝 地域の人々と交流
- 💪 体操やゲーム



【日時】 9月7日(月) 10時00分～11時30分

【場所】 コミュニティハウス ひだまり(緑ヶ丘)

【内容】 軽度認知障害(MCI)って？

『スクエアステップ』

ほっとひと息 ☕ 茶話会

社会福祉協議会の方に
教えて頂きます 🎵

スクエアステップとは、専用のマットを使い足踏みやステップをする科学的な運動プログラムです。
転倒防止、認知機能の向上、体力づくりに効果があります😊

主催：蔵持地区まちじゅう元気プロジェクト
共催：蔵持地区まちの保健室