

認知症予防サークル～きらりん～が始まります

認知症予防のために仲間と一緒に楽しく脳をきたえましょう♪

対象者 65歳以上の方
介護保険を受けていない方

定員 15名
期間 平成26年10月～3月(第2・4木曜日)
場所 岡本荘つばき温泉研修室

3月は日帰り旅行へ行きますよ～
お楽しみに♪

参加者
募集中



〈担当: 池田〉

★申し込み 9月15日(月)まで

毎月恒例・おしゃべり会

月1回集まっているいろいろな話で盛り上がっているおしゃべり会です♪とっても楽しいメンバーです。新しい方も参加を待っています。



毎月 第2金曜日

次回、9月12日(金)10月10日(金)11月14日(金)

〈担当: 長尾〉

会員様からの一言コーナー

- ・〇〇さんから誘われて来てみたけど、とてもよかったわ
- ・特養の職員さんも来てくれるので、安心できるらしい

〈7月の認知症自主学习サークルで出た一言〉

☆食生活で気を付けていること

- ・水分を多くとる
- ・野菜ジュースを飲む
- ・糖分、塩分控えめにする
- ・納豆を食べる
- ・腹8分目にする
- ・旬の野菜を多くとる
- ・30回以上かむ
- ・自炊する



認知症家族の会・ 自主学习サークル開催

8月26日 第2回認知症家族の会を開催しました。

参加者は17名。現在介護サービスを利用しながら、自宅で奥様の認知症介護を続けておられるかた、10年間認知症の夫を支え、夫が他界した後、自分の経験が誰かの役に立てないかとこの会に参加してくださる方、...

始まったばかりの家族会ではありますが、同じ思いを持った者同士が、心のよりどころになるような会にしていきたいと思っています。

介護は孤独な場面がたくさんあります。一人で悩まないで、まずは、ぜひ、お気軽にご参加ください。



認知症家族会

偶数月 第4火曜日

認知症
自主学习サークル

奇数月 第4火曜日

次回、9月23日(火)認知症自主学习サークル

10月28日(火)認知症家族の会

11月25日(火)認知症自主学习サークル

〈担当: 秋元〉



介護・予防のことならなんでもおまかせ

岡本荘老人介護支援センター

087-885-3333