

オレンジカフェ通信

12月・1月号

にこにこ甘楽で一番眺めがいい地域包括支援センター。今年は遅めの紅葉も終わり、先日は北風で葉が舞い圧巻でした。これからは雪化粧の浅間山や青く透き通る山々が見られます。ぜひ、お越しください。

さて、オレンジカフェ通信ではたくさんの人に認知症や活動を知っていただけるよう紹介します。

オレンジカフェ

「オレンジカフェ」は、認知症や介護について学び、相談できる通いの場です。

また日頃思っていることを参加者との会話や交流で、心を軽くしてみませんか。

興味のある人、介護者、リフレッシュしたい人、ぜひお出掛けください。

- ・毎月第3火曜日13:30～16:00
- ・にこにこ甘楽 地域包括支援センター
- ・出入り自由で、予約は必要ありません。



12月19日（火）

参加者全員で盛り上がる

「音楽会」を開催

介護や仕事の疲れを癒し、
楽しみましょう♪



令和6年1月16日（火）

ミニ講座「笑いヨガ」

講師 山本 久江さん



オレンジ文庫 本の紹介

「ぼけますから、よろしくお願いします。」
「ぼけますから、よろしくお願いします。」
おかえり母さん

著者 信友 直子 出版社 新潮文庫

認知症に苦しむ母を明るく励まし、寄り添い献身的に支えた96歳の父。「誰でも年とりゃあ、おかしゅうなるわいのう。わしでも物忘れしよるけん。」

フリーディレクターの娘が老々介護の現実と、家族の愛情、深くやさしい夫婦のきずなを記録したドキュメンタリーです。



第43回 甘楽町健康祭&食育フェスティバル

『ニコニコ健康団 ～健康は自分で守る～』



《ラダー（はしご）で体も使って脳トレ》

地域包括支援センターでは、包括や認知症について知ってもらうクイズや認知症予防になる脳トレ（コグニサイズやカップリズムチャレンジ）、また その日の認知機能をチェックできるONSEI（オンセイ）を体験してもらいました。

健康祭は、令和5年11月11日（土）午前9時45分～午後1時 にこにこ甘楽で開催しました。

当日は天候にも恵まれ、約200人が来場。オーガニックビレッジについて学び、郷土料理のけんちん汁やおやきを食べ、血管年齢測定など体験しました。



《みんなで一緒にカップリズムチャレンジ♪》

前号は、甘楽町ホームページまたは QR コードからご確認ください♪



高齢者のよろず相談
甘楽町地域包括支援センター
67-5182（直通）

〒370-2213

甘楽町大字白倉 1395 番地 1 にこにこ甘楽内
月～金（祝日・年末年始を除く）8:30～17:15

