



平成28年度 認知症予防わくわく教室

開催日（全6回）	内 容（予定）
6月14日（火）	教室の説明・認知機能検査
6月28日（火）	医師の面接 個人活動・集団活動
7月12日（火）	個人活動・集団活動
7月26日（火）	個人活動・集団活動
8月 9日（火）	個人活動・集団活動 認知機能検査・保健師の面接
8月23日（火）	わくわく教室修了者との交流会・修了式

個人活動

手先を使った活動を行います。（アレンジメントフラワー・絵手紙・小物入れなどの手作業）

集団活動

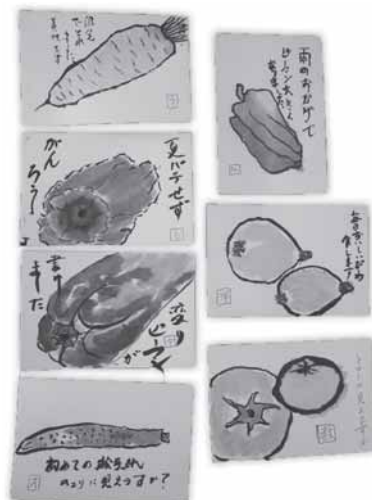
ひとつの目標に向かって参加者が協力して活動します。（内容は検討中）

毎日の活動

和医大脳神経外科開発の脳トレドリルを自宅で行います。

- 時 間：13時30分から16時頃まで
- 場 所：地域福祉センター 2階
- 定 員：20名程度
- 参加費：1,500円
- 申込先：地域包括支援センター ☎64-1120（健康福祉課直通）
6月3日（金）までにお申込ください。

認知症は、脳の障害による病気です。誰がかかる可能性があります。生活習慣を見直すことで、発症を遅らせたり、症状を軽くすることがあります。
手先を使い創造力を働かせた活動や、みんなでわいわい話をしたり交流することで、楽しく認知症予防しませんか？



わくわく教室より 「絵手紙」

認知症予防

わくわく教室を開催します

男性高齢者のための栄養改善教室

こちらは
男性限定募集!!

最近では男性も料理をする機会が増えています。男性同士交流しながら、栄養や調理について学びませんか？5月27日までにお申込ください。

- 日 時：5月31日（火）10時～14時頃
- 内 容：管理栄養士による講義・調理実習（昼食作り）
- 対象者：おおむね65歳以上の男性
- 場 所：地域福祉センター 2階
- 持参物：エプロン 三角巾 タオル
- 参加費：500円（当日集めます）

申 込 先 湯浅町地域包括支援センター ☎64-1120

