

回 覧

第 5 回

主催 しもふなかコンパス

昼

認知症高齢者を支えるご家族のための

のおはなし会

2023年

川東タウンセンター

マロニエ 202

10月15日(日) 14時から 16時

Menu



しもふなかのお医者さんのおはなし

誰でも参加
OK

「認知症と運動」 唐木整形外科 上原志乃先生 矢部則明先生



ご家族のおはなし会

認知症やご家族のことなど
みんなでおはなしする時間

ご家族の方



誰でも参加
OK

ボッチャで交流

はじめてでも簡単なボッチャ
投げるだけなのに楽しくなる
スポーツで交流する時間

いくつになっても知識を増やしたり、頭を活性化し整理することは大切です。年をとってどうなるのだろう?認知症って何だろう?フレイルってどうすれば予防できるんだろう?今、自分に何ができるか?何をすべきなのか?そして自分は何がやりたいのか?一緒に考えてみませんか?この昼のおはなし会で、体を動かしたり、悩みを語り合ったりできると嬉しいです。ぜひ相談してみてください。地域の仲間もいろいろな専門職も心からお待ちしています。

ひまわりメンタルクリニック 小林 博子



【お申込み・お問合せ】

地域包括支援センターしもふなか

0465-48-1101

お気軽に
どうぞ♪