令和5年度認知症・予防カフェ

# なごみカフェ

認知症についてゆるやかに学んだり、認知症や認知症予防に関することなどを気軽に相談したり、交流を図ることができます。
興味のある方はどなたでも参加できます。個別の相談スペースもありますので、お気軽にご参加ください。

**会　場**　東根市公益文化施設
まなびあテラス
講座室 A・B

**参加費**　無料

※事前申込が必要です。定員 20 名になり次第、締め切ります。
※11月9日（木）は、市ふれあいセンターが会場になります。
※カフェの日程や内容は変更になる場合があります。

| 日程 | テーマ及び内容 | 申込期間 |
|---|---|---|
| 4月20日（木）<br>13:30～15:00 | ミニ講話&ONSEI であたまの健康チェック<br>&認知症すごろく&認知症啓発かるた&ロバ君マスコット作り&個別相談　など | 3月10日（金）～<br>4月18日（火） |
| 5月12日（金）<br>13:30～15:00 | 頭と体の楽しい体操<br>～あたまの活性化を図ろう～ | 4月20日（木）～<br>5月10日（水） |
| 6月8日（木）<br>13:30～15:00 | 本人ミーティング<br>～本人同士・家族同士で日頃の思いを語り合おう～ | 5月15日（月）～<br>6月2日（金） |
| 7月14日（金）<br>13:30～15:00 | DVD 鑑賞<br>～認知症とともによく生きる旅へ（仮）～ | 6月15日（木）～<br>7月10日（月） |

| 日程 | テーマ | 申込期間 |
|---|---|---|
| 8月18日（金）<br>13:30～15:00 | ミニ講話&ONSEIであたまの健康チェック&認知症すごろく&認知症啓発かるた&ロバ君マスコット作り&個別相談　など | 7月18日（火）～<br>8月14日（月） |
| 9月15日（金）<br>13:30～15:00 | 東根市合同認知症カフェ<br>～市内3カ所の認知症カフェ合同で開催します～ | 8月15日（火）～<br>9月11日（月） |
| 10月13日（金）<br>13:30～15:00 | ミニ講話&ONSEIであたまの健康チェック&認知症すごろく&認知症啓発かるた&ロバ君マスコット作り&個別相談 | 9月15日（金）～<br>10月10日（火） |
| 10月28日（土）<br>10:00～14:00 | 1．音楽でリフレッシュ<br>2．ONSEIであたまの健康チェック&認知症すごろく&認知症啓発かるた&ロバ君マスコット作り&個別相談など | 申込不要<br>開催時間内に直接お越しください！ |
| 11月9日（木）<br>13:30～15:00<br>市ふれあいセンター | なごみカフェ&なごみマルシェ<br>～こだわりの無農薬野菜や手作り小物をどうぞ！～ | 10月16日（月）～<br>11月6日（月） |
| 12月8日（金）<br>13:30～15:00 | ミニ講話&ONSEIであたまの健康チェック&認知症すごろく&認知症啓発かるた&ロバ君マスコット作り&個別相談　など | 11月15日（水）～<br>12月4日（月） |
| 1月11日（木）<br>13:30～15:00 | DVD鑑賞<br>～認知症とともに生きるまち（仮）～ | 12月15日（金）～<br>1月5日（金） |
| 2月9日（金）<br>13:30～15:00 | グループホームについて知ろう<br>～施設の概要や様子を紹介～ | 1月15日（月）～<br>2月5日（月） |
| 3月8日（金）<br>13:30～15:00 | ミニ講話&ONSEIであたまの健康チェック&認知症すごろく&認知症啓発かるた&ロバ君マスコット作り&個別相談　など | 2月15日（木）～<br>3月4日（月） |

お問合せ
東根市社会福祉協議会　電話41－2361