

オレンジデイズ 2022

認知症について考えよう

認知症について知って、学んで、一緒に考えましょう。
この機会にイベントに参加し、
認知症について理解を深めませんか？

参加者
募集

▶ 問合せ 地域包括支援センター
☎ 74-3305

	日時	内容
①	9月21日(水) 10:00~11:15	テーマ「認知症があるご本人の生活や想いを聞いてみよう」 【ミニ講座】認知症になると何か変わる？どんな生活を送ってる？ ヘルパーのお話 (講師:ケアアシス訪問介護ステーション/介護福祉士 松田幸さん) 【トークタイム】認知症当事者から聞く、日常の生活の様子について
②	9月21日(水) 13:30~14:30	テーマ「認知症の症状を和らげる環境づくり~介護施設の現場から~」と紹介コーナー① 【ミニ講座】認知症の人が安心できる環境づくりの工夫について (講師:セントレアライフ武豊/施設長 酒井瞳真さん) 【紹介コーナー】武豊町で認知症について取り組んでいる事業等の紹介
③	9月22日(木) 10:00~11:15	テーマ「認知症介護をするご家族の生活や想いを聞いてみよう」 【ミニ講座】認知症の家族を介護する当事者から、家族の想いや生活に関するお話を聞く (講師:武豊町社会福祉協議会/岩川美佐代さん) 【トークタイム】介護経験者から聞く、認知症介護の経験談等
④	9月22日(木) 13:30~14:30	テーマ「記憶障害がおよぼすご本人の状態とは」と紹介コーナー② 【ミニ講座】デイサービス職員から聞く 認知症になることで起こる記憶障害、ご本人の状態について (講師:生きがいづくりよかった工房デイサービス/谷川一成さん) 【紹介コーナー】警察官による、運転に不安があるときの相談先や免許返納のメリット等の紹介

場所 町立図書館 2階会議室
定員 各日30人(複数日の申込可能)
対象 認知症について関心のある人
申込み 8月16日(火)9:00から地域包括支援センターへ ☎74-3305

「認知症サポーター養成講座」

認知症に対する正しい知識と理解を持ち、認知症の人やその家族が地域の良い環境で、自分らしく暮らし続けることを支える応援者の講座です。

日時 9月23日(祝)10:00~11:30
場所 町立図書館 2階会議室
申込み 8月16日(火)9:00から地域包括支援センターへ ☎74-3305

物忘れ(認知症)予防をはじめてみませんか？

物忘れ(認知症)予防のポイント

年齢とともに、誰でも脳の機能は衰えてしまうもの。できるだけ早いうちから、脳の機能を保つため、定期的な運動や健康的な食生活、社会活動への参加等の習慣を身に着けることが大切です。

また、物忘れが気になったときは、早めに相談しましょう。

何から始めたらいいかわからないという人は、こちらがオススメです

物忘れ予防トレーニング 参加者募集中！

まずは定期的な運動をはじめてみませんか。
筋力アップの運動と脳トレを取り入れた
2種類の教室を開催します。ぜひご参加ください♪

対象 65歳以上の人

申込み 8月8日(月)9:00から地域包括支援センターへ ☎74-3305

チャレンジ!!ピラティス

日時 9月6日(火)~11月22日(火) 毎週火曜日(全12回)

9:30~10:45

場所 中央公民館 2階 第2和室

定員 10人(要予約)

持ち物 バスタオル(持っている人はヨガマット)、手ぬぐい
水分補給用の飲み物

参加費 1,000円/全12回

講師 ボディーワークトレーナー 眞下雅貴さん



ピラティスとは？

胸式呼吸を用いて、関節や筋肉の動きを意識し、機能的な身体の使い方を取り戻していく運動経験に
関係なく行える運動法(エクササイズ)です。

元気アップ教室【体験会】

日時 9月6日(火)~10月11日(火) 毎週火曜日(全5回)※9月20日は除く

13:30~15:30

場所 中央公民館 講堂

定員 なし(要予約)

持ち物 水分補給用の飲み物

参加費 無料

講師 NPO法人楽人生 安藤雅明さん

椅子に座って行う運動。
足腰に自信がない人も
参加OK!



出張!物忘れ相談会

お買いものついでにぶらっと相談にきませんか?
認知症地域支援推進員(地域包括支援センター)が
お話を伺います。
希望者には脳の健康チェックを無料実施します。

日時 8月16日(火)16:00~17:00
会場 ウエルシア薬局 知多武豊駅東口店
申込み 不要(来場した順でご案内)
※混雑する場合、お待ちいただくことがあります
参加費 無料