

介護予防サロン

脳いきいき健康サロン

日時 11月9日(水) 13時30分～15時
 会場 いきいき4・6 2階リラックスマーム
 対象 町内在住で65歳以上の方
 内容 テーマ「認知症と笑い」
 ニュースや新聞などで「笑うことは体にいいこと」とよく耳にしますが、笑うことがなぜ体に良いのかをお話します。
 参加費 無料(予約不要)
 詳細 白老高齢者複合施設 ☎82-2200

元気サロン

日時 11月3日(木・祝) 13時30分～15時
 会場 北吉原ふれあいプラザ
 対象 町内在住で65歳以上の方
 内容 簡単な体操、脳トレ、ビンゴ、玉入れ、的当てゲーム
 参加費 無料
 申し込み 送迎希望の方は下記へ連絡してください。
 詳細 社会福祉法人 優和会 ☎83-4240

すこやかサロン

日時 11月29日(火) 10時～11時
 会場 虎杖浜生活館
 対象 町内在住で65歳以上の方
 内容 作業療法士指導による健康体操、看護師による血圧測定や健康相談など(十分に感染対策を行います)。
 参加費 無料
 申し込み 送迎希望の方は下記へ電話してください
 詳細 社会福祉法人 天寿会 ☎87-2611

社台サロン

日時 11月4日(金) 「うたごえ喫茶」
 12月2日(金) 「口腔フレイルについて知ろう」
 時間はいずれも10時～11時30分
 会場 社台生活館
 対象 町内在住で60歳以上の方
 参加費 無料
 定員 各講座15人
 申し込み 直接会場へ来てください。送迎希望の方は前日の15時までに連絡してください。
 詳細 NPO法人ウテカンパ
 ☎080-1874-3624
 (平日9時～16時)

認知症カフェ

オレンジかふえ

認知症や健康について考え、話し合う場です。
 日時 11月11日(金) 13時～14時30分
 対象 一般
 内容 テーマ「認知症の方の意欲低下について」
 認知症を患うと「今まで興味や関心があったことが急になくなってしまった」などと耳にすることがあります。認知症の方が意欲を持って興味や関心のあることを続けるためにはどうしたら良いかを話し合います。

日時 11月15日(火) 13時～14時30分
 対象 認知症の方と家族の方
 内容 主に家族の認知症介護の悩みや介護負担の軽減、介護の仕方、気持ちの整理など幅広く悩み相談を受けます。お茶菓子も用意していますので気軽に参加してください。出入りは自由です。

《共通項目》

会場 いきいき4・6 2階リラックスマーム
 参加費 1回100円(予約不要)
 詳細 道央佐藤病院
 大谷 ☎090-3114-6620

どんぐりカフェ

日時 11月10日(木) 14時～15時30分
 会場 萩野生活館
 対象 一般
 内容 認知症の話、健康チェック、脳トレゲーム
 参加費 100円
 申し込み 送迎希望の方は下記へ連絡してください。
 詳細 社会福祉法人 優和会
 大磯 ☎83-4240

社台カフェ

日時 11月18日(金) 10時～12時
 会場 コミュニティカフェ「ミナパチセ」(社台191-10)
 対象 一般
 内容 「青魚で認知症予防 サバ缶活用術」
 参加費 無料
 定員 10人
 申し込み 直接会場へ来てください。送迎希望の方は前日の15時までに連絡してください。
 詳細 NPO法人ウテカンパ
 田村 ☎080-1874-3624
 (平日9時～16時)

「蔵」11月のイベント案内

「カンタティモール」上映会& 広田奈津子監督トークショー	第9回キラキラコンサート「再会」	Takuji(青柳拓次) ソロ・ギターコンサート	タンゴのタベ～白老コンサート
しらおい創造空間「蔵」の文化の日イベントです。ゲストに小向定、小野リリアンさんを迎えます。 日時 11月3日(金) 13時 入場料 1,000円 ※東ティモールのコーヒー付き	金澤みなつさん(ピアノ)、大場奈月さん(クラリネット)、古谷美和さん(オーボエ)が出演。「アルデバラン」(森山直太郎)、「オーボエ・クラリネット・ピアノのためのトリオ」(E・デストネ)ほか。 日時 11月6日(日) 15時 入場料 2,500円 全席自由	国内外の舞台、映画、TV、CMの音楽を制作。UA、元ちとせなどアーティストのプロデュースや作詞作曲を手掛ける。2022年秋からギタリストTakujiとして活動しています。 日時 11月12日(土) 19時 入場料 3,000円	吉田篤さん(バイオリン)、田辺和弘さん(コントラバス)、三枝伸太郎さん(ピアノ)と、タンゴダンサーが参加。スペシャルゲストに黒岩真美さん(クラリネット)。 日時 11月20日(日) 17時 入場料 大人2,500円 高校生以下1,000円 申し込み ☎090-6265-0157 (米本)または下記へ

申し込み・問い合わせ先：しらおい創造空間「蔵」 ☎0144-85-3101 本町1-7-5