

介護予防サロン

脳いきいき健康サロン

日時 5月10日(水) 13時30分～15時
会場 いきいき4・6 2階リラックスルーム
対象 町内在住で65歳以上の方
内容 テーマ「誰がなるの？認知症」
どのような方が認知症になるのかを、原因などを交えて分かりやすく紹介します。
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 5月4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、玉投げゲーム、脳トレクイズ
参加費 無料
申し込み 下記へ電話で(送迎希望の方は、申し込み時に連絡してください)
詳細 社会福祉法人 優和会 ☎83-4240

どんぐりサロン

日時 5月20日(土) 9時30分～11時
会場 通所介護どんぐり(萩野310-112)
対象 町内在住で65歳以上の方
内容 どんぐり体操、脳トレゲーム
定員 12人(要申し込み) **参加費** 無料
申し込み 下記へ電話で(送迎希望の方は、申し込み時に連絡してください)
詳細 社会福祉法人 優和会 ☎83-4240

すこやかサロン

日時 5月30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栄養相談など(十分に感染対策を行います)
参加費 無料
申し込み 下記へ電話で(送迎希望の方は、申し込み時に連絡してください)
詳細 社会福祉法人 天寿会 ☎84-1837

社台サロン

日時 5月8日(月)「春の体力測定」
6月12日(月)「お出汁と健康」
時間はともに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
田村 ☎080-1874-3624
(平日9時～16時)

認知症カフェ

オレンジかふえ

日時 5月12日(金) 13時～14時30分
対象 一般
内容 テーマ「コロナ後に近所の方ができること」
5月になりコロナウイルスの分類が5類となる予定ですが、徐々に外出する機会が増え、人と人の関わりが増えてくると思います。外出先で認知症の方が困っていたらどのような対応をすればよいかを皆さんと話し合いたいと思います。

日時 5月16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階リラックスルーム
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 5月11日(木) 14時～15時30分
会場 萩野生活館 **対象** 一般
内容 認知症の理解を深めるため、資料を使ってお話しします。
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 ☎83-4240

社台カフェ

日時 5月22日(月) 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 テーマ「春のセルフ認知症チェック」
近ごろ物忘れが増えたと感じていませんか？早期発見でその後の生活が変わりませんか？簡単なテストで認知能力チェックをしませんか。
参加費 100円 **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)