

オレンジカフェ・認知症の方を介護している家族交流会

オレンジカフェ

認知症の方やその家族、地域住民、専門職など、誰もが気軽に参加でき、集うことのできる場所です。介護や認知症に関する相談をお受けすることもできます。

共通事項

■参加費 100円

しもつけ茶屋

■日時 9月3日(火)・11日(水)・19日(木)、10月1日(火)

午前10時～正午

■場所 南河内児童館

より処グリム

■日時 毎月第3金曜日

9月20日 午前10時～正午

■場所

グリムの館2階図書コーナー

おひさま

■日時 第4水曜日

9月25日 午後1時～3時

■場所

サン薬局内(文教1-19-4)

ゆうゆう茶屋

■日時 第1金曜日

9月6日、10月4日

午前10時～正午

■場所

ゆうゆう館(ゆうがお作業所)

ひだまり茶屋(送迎付き)

■日時 毎月第1・3木曜日

9月5日・19日

午前10時～正午

■場所

仁良川コミュニティセンター

■送迎代 200円

(当面は南河内地区のみ)

※送迎は認知症の方本人またはその家族の方に限ります。

■参加・送迎申し込み先

ひだまり茶屋直通携帯

☎080(8079)5835

認知症家族交流会

認知症の方を介護している家族の交流と情報交換の場です。

■日時 9月27日(金)

午前10時～正午

■場所

映画上映、フリートークなど

■対象者

現在介護している方、または介護した経験がある方

■参加費 無料

共通事項

■問い合わせ先

高齢福祉課 ☎(32)8904

市民向け「フレイル予防教室」に参加してみませんか？

フレイルとは、加齢に伴い心身の機能が低下した「虚弱」を意味する言葉で、健康と要介護の中間の状態です。フレイルは、予防や治療を行えば、より健康な状態に戻ることができます。「まだ大丈夫」ではなく、健康な今から早めに予防しましょう。参加者には健康タオルをプレゼントします。

■日時 10月7日(月) 午前9時30分～11時30分

■場所 市役所304会議室

■対象者 おおむね65歳以上の方

■定員 40人程度

■内容 フレイルについて、栄養と口腔について、体力測定、筋力アップのための運動

■申し込み・問い合わせ先

高齢福祉課 ☎(32)8904



しもつけ
オンライン
サービス

シニア健康教室

シニア健康教室で楽しく運動しませんか？
体操や脳トレを行います。

■日時(全4回・火曜日)

10月1日・8日・15日・22日

午後2時～3時30分

■場所 ゆうゆう館会議室

■対象者

市在住のおおむね65歳以上の方

■定員 20名

■講師

(有)SATプロジェクト 健康運動指導士

■服装・持ち物

動きやすい服装、上履き、タオル、飲み物

■申し込み・問い合わせ先 地域包括支援センターこくぶんじ ☎(43)1229

月総額8万円台～

広告

1人暮らしの親を近くに
呼んで面倒を見てあげたい
等ご相談下さい。

〒307-0053 茨城県結城市新福寺2-7-2

軽費老人ホーム(自立型ケアハウス)

フローレンス結城

TEL 0296-32-2234

下野市役所から車で30分

♡しもつけママの想いを温かく包む♡

広告

マタニティ&産後と子育てママのアロマサロン



ママとアロマ
MOTHER & AROMA



HP



メニュー

妊婦様は臨月もお受けしています。生後1か月からの赤ちゃんも一緒にどうぞ。
(託児無料) 育休明けのお疲れ・更年期・妊活・PMSなどのお悩みもお気軽に
お問合せください。 ☎0285(37)6556