

令和7年度版

認知症を理解しよう！



オレンジカフェ



ひなたぼっこ

に参加しませんか？

～オレンジカフェって何だろう？～

認知症は今や特別な病気ではなく、歳をとれば誰にでも起こりうる身近な病気となりました。オレンジカフェは認知症を発症された方、介護するご家族、過去に介護を経験した方、認知症の方の支援をしている専門職、認知症について関心がある方、ボランティアなど、誰もが参加をすることができるオープンな場です。認知症への理解を深めたり、日頃の悩みを語り合ったり、介護を経験した方や専門職からのアドバイスをもらうことも出来ます。

毎月

第 **3** 木曜日

13時30分から

川西地域包括支援センター
にてオープン！

MENU！

こんな方におすすめ！

- ☆認知症になった家族の介護をしているが、どうやって接したら良いのか分からない…
- ☆認知症になった家族(妻・夫・両親など)と一緒に参加出来る場所が欲しい。
- ☆認知症を予防したい。
- ☆自身の認知症介護経験を、今悩んでいる人に伝えたい。
- ☆認知症について、もっとよく知りたい。

…など

参加費
100円

～開催日程や参加申し込み方法は裏面をご覧ください～



オレンジカフェ

ひなたぼっこ



～令和

7

年度 開催日～

毎月第3木曜日 13時30分から

～川西地域包括支援センターにて～

- 4月17日 ミニ学習会～ご存知ですか？MCI(軽度認知障害)～
- 5月15日 頭も心も柔らかく！みんなで笑って脳トレ教室
- 6月19日 誰でもできる！みんなで楽しむ！モルック体験会
- 7月17日 ヒアリングフレイルって？～聴こえと認知症～
- 8月21日 『ユマニチュード体験会』 講師：千曲荘病院
- 9月18日 映画上映会（認知症テーマ リクエスト募集！）
- 10月16日 『認知症とともに生きるまち・上田希望宣言』
- 11月20日 ミニ学習会
- 12月18日 **クリスマス会**
- 1月15日 食事と栄養 ～しっかり食べてフレイル予防～
- 2月19日 ミニ学習会
- 3月19日 映画上映会（認知症テーマ リクエスト募集！）

～カフェタイム(毎月)～

コーヒー
淹れてます！



あたまの健康チェック受
けられます！（要予約）



認知症相談会
やっています！

認知症や介護施設
の情報コーナーあ
ります！



～参加申し込み方法～

下記まで、電話にてお申し込みください。

川西地域包括支援センター 担当者：小山 永井

住所：上田市小泉769-3(デリシア川西店となり) 電話：26-1172