

認知症のこと、『自分ごと』として考えてみませんか？



地域で介護予防・認知症予防に取り組もう！

自分や家族、地域のための**介護予防**に取り組んでみませんか？
市内在住で介護予防に興味のある方、大募集！！お気軽にご参加ください！
定員10名、全8回のコースでの講座です。参加費は無料です。

今年は、参加者みなさんで「認知症・予防カフェ」を体験・企画・開催します！

申込先:東根市社会福祉協議会 ☎ **41(2361)**

	日時・場所	内容及び講師
1	8月4日(金) 13:30~15:00 市ふれあいセンター	認知症サポーター養成講座 
2	8月25日(金) 13:30~15:00 市ふれあいセンター	 笑いヨガで認知症予防！ 合同会社大石田生活 理学療法士 三瀧 英樹氏
3	9月7日(木) 13:30~15:00 市ふれあいセンター	頭の活性化に取り組もう！ 介護予防運動指導員 瀬戸 綾子氏 
4	9月22日(金) 13:30~15:00 市ふれあいセンター	東根市の認知症ケアについて学ぼう！ ～認知症サポーターステップアップ講座～
5	10月13日(金) 13:30~15:00 まなびあテラス	 認知症・予防カフェ「なごみカフェ」体験会
6	10月19日(木) 13:30~15:00 市ふれあいセンター	 認知症カフェを企画してみよう！
7	10月26日(木) 13:00~15:00 寿屋 寿香蔵	 認知症カフェ 開店！ 
8	11月10日(金) 13:30~15:00 市ふれあいセンター	 地域で介護予防に取り組もう！ 