

令和8年度認知症・予防カフェ

なごみカフェ



認知症についてゆるやかに学んだり、認知症や認知症予防に関することなどを気軽に相談したり、交流を図ることができます。

興味のある方はどなたでも参加できます。個別の相談スペースもありますので、お気軽にご参加ください。年間予定は裏面をご覧ください。

会場

東根市公益文化施設
まなびあテラス 講座室 A・B

参加費

無料

※事前申込が必要です。定員20名になり次第、締め切ります。

※11月12日(木)は、市ふれあいセンターが会場になります。

※カフェの日程や内容は変更になる場合があります。



お問合わせ
申込先

東根市社会福祉協議会
TEL **41-2361**
(平日8:30~17:15)

なごみカフェ年間予定

日程	テーマ及び内容	申込期間
4月16日(木) 13:30~15:00	ミニ講話&認知症すごろく&認知症啓発かるた&ロバ君マスコット作り&輪ゴムかけ&個別相談 など	~4月15日(水)
5月14日(木) 13:30~15:00	指ヨガで血流アップ	5月1日(金)~ 5月13日(水)
6月11日(木) 13:30~15:00	ハッピーになるマジックショー	5月15日(金)~ 6月5日(金)
7月10日(金) 13:30~15:00	脳の活性化体操	6月15日(月)~ 7月3日(金)
8月20日(木) 13:30~15:00	ミニ講話&認知症すごろく&認知症啓発かるた&ロバ君マスコット作り&輪ゴムかけ&個別相談 など	8月3日(月)~ 8月14日(金)
9月11日(金) 13:30~15:00	カードゲームで脳の活性化	8月17日(月)~ 9月4日(金)
10月15日(木) 13:30~15:00	ハーモニカ演奏の音色を楽しもう♪	9月15日(火)~ 10月9日(金)
11月12日(木) 13:30~15:00 市ふれあいセンター	なごみカフェ&なごみマルシェ ~サクソコンサート&新鮮な無農薬野菜・小物販売~	10月15日(木)~ 11月6日(金)
12月11日(金) 13:30~15:00	ミニ講話&認知症すごろく&認知症啓発かるた&ロバ君マスコット作り&輪ゴムかけ&個別相談 など	11月16日(月)~ 12月4日(金)
1月14日(木) 13:30~15:00	睡眠と認知症の関係について学ぼう	12月14日(月)~ 1月8日(金)
2月5日(金) 13:30~15:00	認知症ってどんな症状があるの?	1月15日(金)~ 1月29日(金)
3月11日(木) 13:30~15:00	ミニ講話&認知症すごろく&認知症啓発かるた&ロバ君マスコット作り&輪ゴムかけ&個別相談 など	2月15日(月)~ 3月5日(金)

