

茶飲みに  
おいで



# ひまわりカフェ

## 茶いっぺ



茶いっぺ飲みながらお話しをして  
一緒に楽しみませんか。

老後・介護・認知症何でも相談室

予防も兼ねて集いましょう。

川内市の介護予防事業です。介護予防元気度アップカードをご持参ください

日時：毎月第2・第4 火曜日 9:00~15:00

\*開催時間内であればいつでも起こし下さい

場所：高江未来学校 (レストラン)

- コロナ対策
- ① 会議室では3密を避ける対策を行います。
  - ② 入室前には検温・手指消毒を行います。
  - ③ 各自、マスク着用にてご参加下さい。

問い合わせ先 在宅介護支援センターわかまつ園

電話 25-2690 (担当 大木)

## ひまわりカフェ（茶いっぺ）のご案内

ひまわりカフェは、お茶を飲みながらゆっくりと過ごしていただく場所です。好きな時間にお越しいただきおしゃべりしたり、趣味の時間にあてたり、本を読んだり、思い思いのスタイルで過ごして下さい。お困り事等の相談にも応じます。何でもご相談下さい。

本年度も健康や認知症についての講話を予定しております。

### 講話予定

- |               |                |
|---------------|----------------|
| 5月 物忘れと認知症の違い | 11月 認知症の方との接し方 |
| 6月 認知症を取り巻く環境 | 12月 介護予防（脳トレ）  |
| 7月 介護予防（運動）   | 1月 認知症患者と家族    |
| 8月 疾患別認知症の症状  | 2月 介護予防（栄養）    |
| 9月 介護予防（口腔）   | 3月 患者への声掛け     |
| 10月 若年性認知症    |                |

15分程度の短いお話しです。お茶を飲みながらお聞きください。

定期的にわかまつ園デイサービスの職員も参加し、手仕事、脳トレ、筋力アップ体操等も行います。