

おれんじ・Café 「さらの杜」

In 戸頭町会東集会所 第4回

令和5年10月24日(火)

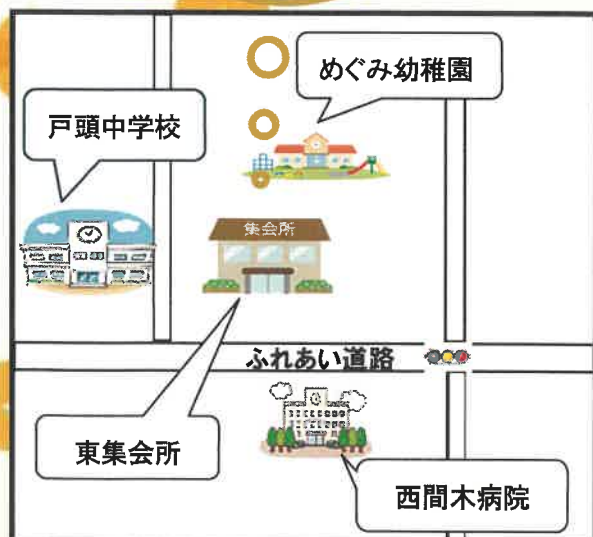
10:00~12:00(受付9:30)

第4回 おれんじ・Café

プログラム

- ・昭和歌唱
- ・デュアルタスク運動
- ・ハロウィン制作
- ・歌に合わせて体操

駐車場がありませんので
徒歩または自転車での参
加をお願いします。



おれんじ・Café とは

年をとると物忘れが多くなったり、認知症になることもあります。“おれんじ・Café”はそのような方々の憩いの場です。

参加することにより知識が広がり、人と人との触れ合いにより、日頃の生活に楽しみが持てるようになる事が期待されます。家族の介護で疲れぎみの方もほっと一息をつきましょう。どなたでも参加ができます。お気軽に申し込み下さい。

※「デュアルタスク」とは、運動と、知的作業を同時に2つこなすことです。「ながら作業」とも言います。2つのことを同時に行うと脳は混乱し、その混乱を整理するために脳が活性化されると言われているんですよ😊

【場所】戸頭町会東集会所

(取手市戸頭3-3-6)

【参加費】100円

【対象】先着15名(どなたでも参加可)

【申込先】地域包括支援センターさらの杜

☎0297-70-2801

【締め切り】R5年10月20日(金)

事業に対するお問合せ先

取手市高齢福祉課地域包括ケア推進課

☎0297-74-2141