

地域包括支援センターからのお知らせ

問申 町地域包括支援センター
☎33-0270 養老町石畑523

『脳活リーダー研修』全8回コース 参加者募集

- 対象者 町内在住で、老人会やいきいきサロンなどに所属し、
その中で認知症予防に取り組む意向のある人。

地域で認知症予防に取り組みませんか？
1団体につき3人まで申込みできるため、
1人では不安な人も、ぜひ団体の仲間と
お申込ください。

日にち	曜日	時間	場所	内容
6月6日、13日 20日、27日 7月4日、11日 18日、25日	木曜日	14時～15時	デイサービスかがやき (住所：石畑409番地)	<ul style="list-style-type: none"> ●運動しながらしりとりや計算をするなど、「からだ」と「頭」の体操を同時に行い、脳の働きを活性化します。所属している団体の活動に取り入れられるよう、皆で行う際のポイントもお伝えします。 ●全日程終了後も、学んだ内容を各団体で実践できるよう、町地域包括支援センターが継続した支援を行います。

- 定員 5団体(ただし1団体につき3人まで)(先着申込順)
- 参加費 無料
- 申込期間 5月7日(火)～5月17日(金)

『足・脳いきいき教室』全12回コース 参加者募集

- 対象者 町内在住の65歳以上の人で、医師から運動制限の指示のない人。

皆で運動したい人にお勧めです!!

日にち	曜日	時間	場所	内容
6月11日、25日 7月9日、23日 8月6日、20日 9月3日、10日 10月1日、29日 11月12日、26日	火曜日	13時30分～15時	スポーツマックス・養老 (住所：高田2862番地)	<ul style="list-style-type: none"> ●筋力や柔軟性アップのためのストレッチや体操、転倒予防のためにバランス力を向上させる体幹トレーニングを行います。また、認知機能向上のための運動や、屋外でのウォーキングも取り入れます。 ●初回と第11回目に体力測定を行います。

- 定員 定員20人(先着申込順)
- 参加費 無料
- 申込期間 5月7日(火)～5月17日(金)

- 新築・リフォーム・建具・家具・太陽光
- 日曜大工・DIYはネットショップへ

「木材加工.com」「フリー板.com」を

検索

株式会社 藤井ハウス産業株式会社
岐阜県養老郡養老町押越1974 TEL 0584(32)1241

介護サービス **くるみ** 認知症対応型デイサービス
居宅介護支援事業所
グループホーム

認知症の介護で
お困りの方ご相談ください

電話 0584 **34-3808** 養老町 飯田 429-1