

介護者支援の講座

名 前	と き	ところ	申し込み
認知症予防カフェたちばな *事前申し込みが必要です。	11月15日(金) 午後1時30分～3時	三条東病院 (北入蔵)	三条東病院 ☎38-1133
あなたの健康相談室 木來和	11月26日(火) 午後1時～3時	下田公民館	ウエルビー訪問看護ステーション ☎47-1970

さんじょうオレンジカフェ

認知症の人や家族、地域の人、専門家が集い、相談や、学び合いをしています。

名 前	と き	ところ	問い合わせ	参加費
介護家族のつどい	11月9日(土) 午後1時30分～3時30分	中央公民館	介護家族のつどい ☎38-6325	無料
GoGoカフェ 認知症予防のための カフェ(*1)	11月10日(日) 午前10時～正午	本成寺安心住宅 かえるハウス (東本成寺)	医療法人社団 川瀬神経内科クリニック ☎33-9074	初回300円、 2回目以降 100円
ふれあいカフェ (*2)	11月10日(日) 午前10時～正午	栄公民館	グループホーム ふれあいの杜三条 ☎46-0220	無料
にこにこカフェ (*1)	11月12日(火) 午後1時30分～3時30分	認知症予防カフェ にこにこ(西大崎)	通所型サービスにこにこ ☎64-8676	
なでしこオレンジ カフェ(*1)	11月14日(木) 午後1時30分～3時30分	ソレイユ三条	なでしこ嵐南 ☎35-7045	
なじらね	11月14日(木) 午後2時～4時	つつじガーデン三条 (諏訪)	つつじガーデン三条 ☎36-2561	
カフェ花みずき (*1)(*2)	11月20日(水) 午前10時～正午	諸橋轍次記念館	グループホーム花みずき ☎46-5500	100円
かじまちオレンジ カフェ(*1)	11月20日(水) 午後1時30分～3時15分	地域たすけあいネット ワークかじまちの家 (本町)	地域たすけあいネットワー ☎34-2448	
こころ茶屋 (*2)	11月22日(金) 午前10時～正午	老人福祉施設 こころつくし(西大崎)	グループホームこころつくし ☎38-0093	
オレンジカフェ de 三条社協(*1)	11月29日(金) 午後2時～3時30分	○彦カフェ (旧荒沢小学校)	三条市社会福祉協議会 下田事業所 ☎46-5506	無料
ひだまりカフェ (*1)	12月1日(日) 午後1時30分～3時30分	特別養護老人ホーム うらだての里	特別養護老人ホーム うらだての里 ☎35-8801	
おひさま喫茶 (*1)	12月1日(日) 午後2時～3時30分	三条東公民館	はあとふるあたご グループホーム三条 ☎36-5555	

(*1) 事前申し込みが必要です (*2) 送迎が必要な人は相談ください。

認知症サポーター養成講座

認知症の症状や治療のこと、認知症の人への接し方などを学びます。

と き	ところ	申し込み
11月10日(日) 午前10時～正午	栄公民館	グループホームふれあいの 杜三条 ☎46-0220
11月30日(土) 午前9時～10時30分	サンファーム三条	グループホームこころつくし ☎38-0093
12月1日(日) 午後2時～3時30分	三条東公民館	はあとふるあたごグループ ホーム三条 ☎36-5555

*同会場で認知症カフェも開催しています。



認知症サポーターは、認知症を正しく理解し、身近にいる認知症の人や家族をそっと見守り、手助けする応援者です。

いきいき健幸レポート

高齢介護課 ☎34-5472

自分の身の回りのことを自分でし続けるために

介護予防教室

気軽に集まって、楽しみながら健康チェックや体操、認知症予防になる手や指の運動などをしていきます。参加者が一緒に昼食を食べ、交流する教室もあります。

■参加者の声

- ・毎月、体の筋肉、体脂肪、タンパク質、ミネラルの量を測定してもらえて、自分の体の変化が分かるようになった。
- ・正しい筋トレの方法を教えてもらい、筋肉に効くトレーニングができるようになった。



教室での様子
(AOZORA介護予防教室)

ところ	と き	参加費	問い合わせ
中央いきいきセンター(本町) (*1)	水・金曜日 午前10時～午後3時	200円	県央福祉会 ホームヘルプステーション うらだての里 ☎36-7277
田島いきいきセンター(田島) (*1)	月・木曜日 午前10時～午後3時		
AOZORA介護予防教室 (西四日町)	月・水・金曜日 午前10時～正午、 午後1時～3時	無料	特別養護老人ホーム長和園 ☎35-2131
老人福祉センター栄寿荘 (福島新田)(*1)	火・木曜日 午前10時～午後3時	100円 (*2)	さかえ福祉会 ☎45-0500
特別養護老人ホームいっぶく (庭月)(*1) *送迎が必要な人は相談ください。	水曜日、第2・4木曜日 午前10時～午後3時	無料	特別養護老人ホームいっぶく ☎41-3322

(*1) 事前申し込みが必要です。 (*2) 昼食を希望する人は別途昼食代が掛かります。

認知症に関する相談窓口

名 前	と き	ところ・申し込み
おひさま喫茶	平日 午前10時～午後5時	はあとふるあたごグループホーム三条(石上) ☎36-5555
なでしこオレンジカフェ	平日 午前10時～午後4時	なでしこ嵐南(南四日町) ☎35-7045
こころ茶屋		グループホームこころつくし(西大崎) ☎38-0093
ふれあいカフェ		グループホームふれあいの杜三条(大面) ☎46-0220
カフェ花みずき	毎日 午前10時～午後4時	グループホーム花みずき(島潟) ☎46-5500