

## さんじょうオレンジカフェ \*申し込みが必要です。

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	申込先	参加費
なでしこオレンジ カフェ★	1月8日(木) 午後1時30分～3時30分	スターバックスコーヒー 三条東新保店	なでしこ嵐南 ☎35-7045	無料
なじらね★	1月8日(木) 午後2時～4時	アザレア三条(諏訪)	つづじガーデン三条 ☎36-2561	
GoGoカフェ 認知症予防のための カフェ	1月11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)	川瀬神経内科クリニック ☎33-9074	初回300円、 2回目以降 100円
おひさま喫茶	1月11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	無料
	2月1日(日) 午後2時～3時30分	はあとふるあたご グループホーム三条 (石上)	ホーム三条 ☎36-5555	
にここにカフェ★	1月13日(火) 午後1時30分～3時30分	にここにカフェ (西大崎)	にここにカフェ ☎64-8676	
カフェ花みずき★	1月21日(水) 午前10時～正午	下田公民館	グループホーム花みずき ☎46-5500	
かじまちオレンジ カフェ	1月21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ク ☎34-2448	
こころ茶屋★ *申込不要	1月23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	100円
ものカフェ *認知症の人とその 家族が対象です。	1月25日(日) 午後1時30分～3時30分	三条ものづくり学校	高齢介護課 ☎34-5472	
オレンジカフェ de 三条社協★	1月30日(金) 午後2時～3時30分	まる ○彦カフェ (荒沢)	三条市社会福祉協議会 下田事務所 ☎46-5506	無料

★…送迎が必要な人は相談ください。

## さんちゃん健康体操

ところ	曜日	時間	とき
厚生福祉会館	月	午前10時	1月6日(火)、13日(火)、19日、26日、2月2日
栄寿荘		午後2時	1月6日(火)、13日(火)、19日、26日、2月2日
下田公民館	火	午後2時	1月6日、13日、20日、27日、2月3日
サンファーム三条		午前10時	1月7日、14日、21日、28日、2月4日
ソレイユ三条	水	午前10時	1月7日、21日、2月4日
嵐南公民館	金	午後2時	1月9日、16日、23日、30日、2月6日

## 介護予防教室 \*申し込みが必要です。

ところ	とき	参加費	申込先
中央いきいきセンター (本町)	水・金曜日 午前10時～午後3時	100円	県央福祉会 ホームヘルパーステーション うらだての里 ☎36-7277
田島いきいきセンター (田島)			
AOZORA介護予防教室 (西四日町) *申込不要	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	火・木曜日 午前10時～午後3時	100円 *昼食を希望する 人は別途昼食代	栄寿荘 ☎45-6311
特別養護老人ホームいつぶく (庭月) *下田地域の人は送迎できます。 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つぶく ☎41-3322

## 介護者向け講座 \*申し込みが必要です。

家族などを介護している人が、介護の知識や技術を学び、介護者同士で  
悩みや困り事を話し合います。



詳しくはこちら

名前	とき	ところ	申込先
介護家族のつどい *申込不要	1月10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
あじさいカフェ	1月14日(水) 午前10時～11時30分	まちやま	三条しただ郷クリニック ☎46-8717
ケアデザインの玉手箱 おんれく	2月3日(火) 午後1時30分～3時30分	しらさぎ荘	薬師の郷 ☎32-2838