

介護予防普及啓発事業

もの忘れ予防教室

# 脳に栄養を!! 目を活性化させる教室

「最近、よく忘れることが多くなったなあ・・・」

「もの忘れをすることがなんだか不安だな・・・」

そう思うようになって、外出がおっくうになることはありませんか？

教室に参加して脳を活性化させましょう!!

## 楽しいゲームを交えた教室

実施日			
平成28年	6月20日(月)	7月11日(月)	8月1日(月)
	9月12日(月)	10月24日(月)	11月14日(月)
	12月19日(月)		
平成29年	1月23日(月)	2月20日(月)	

## 認知症予防の話と運動の教室

実施日			
平成28年	6月29日(水)	7月4日(月)	7月25日(月)
	9月2日(金)	9月21日(水)	10月4日(火)
	10月21日(金)	11月1日(火)	11月18日(金)
	12月1日(木)	12月22日(木)	
平成29年	1月10日(火)	2月3日(金)	

時間： いずれも午前9時45分～11時30分

会場： 保健センター 2階集団検診室

参加費： 無料

対象： おおむね65歳以上の市民

申し込み不要です！ 当日直接会場へお越しください!!

※当日午前7時時点で、気象警報が発令されている場合は中止です。

※タオルやお茶等は各自用意ください。

※動きやすい服装でお越しください。

お問い合わせ先 城陽市健康推進課(TEL55-1111)

毎月1回! 楽しいゲームをしながら、  
もの忘れを予防しましょう!

2016年8月(第139回)城陽市委託事業

認知症予防教室

# うたのゆりかご♪

日時： 8月20日(土) 13時半～15時

場所 青谷コミュニティセンター3階

(JR山城青谷駅南側施設)

※駐車場あり。台数に限りがございます。

参加費無料 心と体ハツラツに♪

内容: 音楽療法 学習療法

声楽家 由村貴代美先生

ピア/ 西岡悦子先生

学習療法: 小田嶋 輝先生

皆様のお越しをお待ちしております

主催 NPO 法人水度坂友愛ホーム

お問い合わせ 0774-57-0320



平成28年度 お待ちしております!

# 物忘れ 予防教室

スロージョーグ  
あかるく  
あたまをつかっ  
あきらめない

- ❖場所❖ NPO 法人水度坂友愛ホーム  
寺田ケアセンター多目的室
- ❖時間❖ 午後1時30分～午後3時30分
- ❖定員❖ 各教室 20名(要申込み)
- ❖参加費❖ 1回 500円(資料代、お茶菓子代等)

## 火曜教室 木曜教室

春期	4月	12	19	26		4月	14	21	28		
	5月	10	17	24	31		5月	12	19	26	
6月	7	14	21	28		6月	2	9	16	23	30
7月	5	12	19	26		7月	7	14	21	28	
8月	2	9				8月	4	25			
9月	6	13	20			9月	1	8	15		

秋期	10月	11	18	25		10月	6	13	20	27
	11月	1	8	15	22	29	11月	10	17	24
12月	6	13	20			12月	1	8	15	22
1月	10	17	24	31		1月	12	19	26	
2月	7	14	21	28		2月	2	9	16	23
3月	7					3月	2	9		

春期(4月～9月)と秋期(10月～3月)にかけて、火曜日と木曜日に各20回ずつ開催しています!

《お問合せ》  
特定非営利活動法人  
水度坂友愛ホーム  
〒610-0121 城陽市寺田乾出北45番地  
TEL(56)1950 FAX(56)1955



地域交流の場

# みんなのカフェ

## 8月21日(日) 13:30~15:30

場所：水度坂友愛ホーム 寺田ケアセンター  
参加費：コーヒー&お菓子 ¥300

地域の人たちが  
出会い、集い  
理解し合える場所

「家族さんが  
気軽に専門家に  
相談できる場所」

認知症の人が  
安心して  
参加できる場所

イベント情報!

### 認知症のお話

認知症とどう付き合っていけばいいの? . . .  
声のかけ方、接し方は、どうすればいいの? . . .  
認知症の人にやさしい地域を一緒に作っていきましょう

<問い合わせ>



特定非営利活動法人 **水度坂友愛ホーム**

城陽市寺田乾出北 45 番 TEL0774-56-1950

