

認知症になっても、住み慣れた地域で安心して
その人らしく暮らしていくために…

おひさまカフェ ^わ 輪

『おひさまカフェ輪』？

認知症の人やその家族、専門職や地域の人など誰もが参加
し、集うことができ、誰にとっても、ホッとひと息できる交流
の場（認知症カフェ）です。

開催日：毎月第3木曜日

※裏面の開催予定日をご確認ください

時 間：午前 10 時～12 時

会 場：まちの駅いしどりや酒蔵交流館
(岩手銀行石鳥谷支店様向い)

参加費 300 円

(ドリンク・お菓子込)

1 週間前までに下記連絡先へ
お申込みください。



<問合せ・申し込み>

石鳥谷地域包括支援センター ☎ 41-4012

令和7年度 開催予定

日にち	ミニ講話テーマ
5月22日(木)	楽しく身体を動かそう ～身体を動かして記憶力アップ!～
6月19日(木)	お口の健康が第一 ～しっかり噛んで記憶力アップ!～
7月24日(木)	栄養不足対策 ～バランスの摂れた食事のコツ!～
9月18日(木)	お口の健康が第一 第2弾 ～口腔チェックで見える健康～
10月23日(木)	薬の飲みすぎで副作用に?! ～上手なおくすり手帳の活用方法～
11月20日(木)	頭の体操をしよう ～脳トレで心も身体も健康に～
12月18日(木)	未定 会場：石鳥谷福祉センター

あらためて
お知らせします

※内容が変更する場合もあります。

～おひさまカフェ輪 メニュー～

9:30 受付
10:00 開会

ミニ講話

11:00 カフェタイム

12:00 閉会

