

介護予防サロン

脳いきいき健康サロン

日時 8月9日(水) 13時30分～15時
会場 いきいき4・6 2階研修室
対象 町内在住で65歳以上の方
内容 テーマ「認知症と視覚～認知症と視覚障害の関係性～」
高齢者の方や眼疾患である白内障と認知症との関係についてのお話と認知症予防トレーニングを行います。

参加費 無料(予約不要)
詳細 白老高齢者複合施設 ☎82-2200

元気サロン

日時 8月3日(木) 13時30分～15時
会場 北吉原ふれあいプラザ
対象 町内在住で65歳以上の方 **参加費** 無料
内容 射的、数字かるた、脳トレ体操
申し込み 下記へ電話で(送迎希望の方は、申し込み時に連絡してください)

詳細 社会福祉法人 優和会 ☎83-4240

どんぐりサロン

日時 8月19日(土) 9時30分～11時
会場 通所介護どんぐり(萩野310-112)
対象 町内在住で65歳以上の方
内容 どんぐり体操、脳トレゲーム
定員 12人(要申し込み) **参加費** 無料
申し込み 下記へ電話で(送迎希望の方は、申し込み時に連絡してください)

詳細 社会福祉法人 優和会 ☎83-4240

すこやかサロン

日時 8月8日(火) 10時～11時
会場 虎杖浜生活館
対象 町内在住で65歳以上の方
内容 作業療法士指導による健康体操、看護師による血圧測定や栄養相談など(十分に感染対策を行います)

参加費 無料
申し込み 下記へ電話で(送迎希望の方は、申し込み時に連絡してください)

詳細 社会福祉法人 天寿会 ☎87-2600

社台サロン

日時 8月21日(月)「カリウムを上手に摂って減塩」
9月4日(月)「ヨガで軽運動」
時間はともに10時～11時30分
会場 社台生活館
対象 町内在住で60歳以上の方 **参加費** 無料
定員 各講座15人
申し込み 直接会場へ来てください。送迎希望の方は前日の15時までに連絡してください。

詳細 NPO法人ウテカンパ
田村 ☎080-1874-3624
(平日9時～16時)

認知症カフェ

オレンジかふえ

8月11日(金・祝)のオレンジかふえは、祝日のためお休みします。

日時 8月29日(火) 13時～15時
対象 認知症の方と家族の方
内容 主に家族の認知症介護の悩みや介護負担の軽減、介護の仕方、気持ちの整理など幅広く悩み相談を受けます。お茶菓子も用意していますので気軽に参加してください。出入りは自由です。

会場 いきいき4・6 2階リラックスマルーム
参加費 1回100円(予約不要)
詳細 道央佐藤病院
大谷 ☎090-3114-6620

どんぐりカフェ

日時 8月10日(木) 11時～13時
会場 優和会駐車場(萩野310-112)
対象 一般
内容 流しそうめん(雨天の場合は屋内で行います)

参加費 100円
申し込み 下記へ電話で(送迎希望の方は、申し込み時に連絡してください)

詳細 社会福祉法人 優和会 ☎83-4240

社台カフェ

日時 8月28日(月) 10時～12時
会場 コミュニティカフェ「ミナパチセ」(社台191-10)
対象 一般
内容 テーマ「バランスの良い献立を考えるワークショップ(夏)」
認知症予防に良いとされる食材と旬の食材を使ったバランスのとれた献立を、皆さんと話し合いたいと思います。

参加費 100円 **定員** 10人
申し込み 直接会場へ来てください。送迎希望の方は前日の15時までに連絡してください。
詳細 NPO法人ウテカンパ
田村 ☎080-1874-3624
(平日9時～16時)

温泉付別荘や
中古住宅・土地

すぐ現金化
最短3～30日も可能!

買収致します



大東開発(株) TEL(0144) 32-9523
本社/苫小牧市若草町2丁目1-6
営業時間 [平日]9:00～18:00[土・祝]9:00～17:00
http://www.daitohkaihatu.co.jp/大東開発ホームページ