

## ⑩ 地域包括支援センターからのお知らせ

問・申 地域包括支援センター(笠間市中央 3-2-1) TEL 0296-78-5871



申し込みはこちら

### ○認知症サポーターステップアップ講座

認知症の方への具体的な声掛けや接し方など、より実践的な内容の講座です。この機会に講座を受講し、認知症になっても安心して暮らせる地域について一緒に考えてみませんか。

日時	6月12日(木) 午後1時30分～3時
場所	地域包括支援センター
対象	過去に認知症サポーター養成講座を受講した方で、講座受講後、認知症関連事業において、ボランティア活動などに参加できる方
定員	15名(応募者多数の場合は抽選)
申込期限	6月2日(月)

### ○スクエアステップ体験教室参加者募集

スクエアステップは、高齢者の転倒予防、介護予防、認知機能の向上など、個々のレベルに合わせて段階的にレベルを設定でき、飽きずに続けられるエクササイズです。地区では40サークルがスクエアステップの活動をしています。これからの健康づくりのために、ぜひご参加ください。



申し込みはこちら

日時	6月19日・26日、7月3日・10日の木曜日(全4回) 各日午前10時～正午 受付：午前9時45分
場所	市民体育館 第5会議室(笠間市石井 2068-1)
対象	市内在住の65歳以上で医師から運動を許可されている方
講師	筑波大学 大蔵研究室
定員	20名(最小開催人数10名)
申込期限	6月5日(木)

### ○もの忘れ相談会

最近もの忘れがひどくなってきて生活に不安を感じるなど、認知症に関する心配事や困り事に関する無料の個別相談会を開催します。

本人はもちろん、ご家族からの相談にも応じますので、気軽にお申し込みください。



申し込みはこちら

日時	6月19日(木) 午後2時30分～5時
場所	地域包括支援センター
内容	認知症疾患医療センター石崎病院 精神保健福祉士 <small>たやま かよこ</small> 田山 香代子さんによる個別相談
定員	3名(先着順)
申込期限	6月16日(月)

申込方法 右上の二次元コードからまたは窓口で直接、電話でお申し込みください。



笠間市公式 LINE  
生活に役立つ情報をお届けします。