

5/11

どようび
土曜日

14:30
~15:30


2019年度 にんちしょう 認知症カフェ としょかん 図書館

いきいき百歳体操

~みんなのできる介護予防~

のおがたしりつとしょかん 直方市立図書館は、へいせい 平成28年度より『にんちしょう 認知症カフェ・としょかん 図書館』を開催しています。今回は「いき

ひやくさいたいそう 百歳体操」を行います。ぜひ、おこな お気軽にご参加ください。きがる (年間スケジュールは裏に掲載)

| | |
|-------------------------------------|---|
| ばしょ 場所 | ユメニティのおがた <small>しつ</small> リハーサル室 |
| たいしょう 対象 | <small>いっばん</small> 一般の方どなたでも  |
| ない <small>よう</small> 内 容 | <p>「いきいき百歳体操 ~みんなのできる介護予防~」</p> <p><small>ひやくさいたいそう</small> 「いきいき百歳体操」で体力をつけ、いくつになっても</p> <p><small>げんき</small> 元気でいきいきとした生活をおくりましょう</p> |
| 《お願い》 | <p>当日は、<small>どうじつ</small> 動やすい格好で参加してください。</p> <p><small>あせふ</small> 汗拭き用タオルを持参してください。</p> |
| てい <small>いん</small> 定 員 | <small>にん</small> 15人(参加無料) |
| もうし <small>こみ</small> 申 込 | <p><small>でんわ</small> 電話または<small>としょかん</small> 図書館カウンターへ<small>もうしこみ</small> 申込をしてください</p> <p><small>のおがたしりつとしょかん</small> 直方市立図書館 <small>でんわ</small> 電話 0949-25-2240</p> |

共 催: 認知症サポーターを広める会・直方市立図書館

切り取り線

◆5/11 認知症カフェ 図書館 申込書

| | | |
|------|-----|------------|
| ふりがな | 年齢 | お住まいは? |
| お名前 | お電話 | 直方市・その他() |

受付日:

受付者名:

受付番号:

認知症カフェ 図書館



2019年度スケジュール

直方市立図書館では平成28年度より『認知症カフェ 図書館』を開催しています。

いま、65歳以上の高齢者の7人に1人が認知症を患う時代です。そして、認知症は誰でもなる可能性のある疾患です。認知症についての正しい知識や理解が必要とされています。

興味のある方は、ぜひお気軽にご参加ください。

| 月日 | 時間 | 対象 | 内容 |
|-------------|-------------|-------|---------------------------|
| 5/11 (土) | 14:30~15:30 | 一般 | いきいき百歳体操 ~みんなのできる介護予防~ |
| 7/13 (土) | 14:30~15:30 | 一般 | 介護予防の話と脳のイキイキ 度をはかろう! |
| 9/14 (土) | 14:30~15:30 | 一般 | 脳の若さを保つために (ファイブ・コグ検査) |
| 11/9 (土) | 14:30~15:30 | 高校生以上 | 認知サポーター養成講座 |
| 1/11 (土) | 14:30~15:30 | 一般 | 介護予防の話と脳のイキイキ 度をはかろう! |
| 3/14 (土) | 14:30~15:30 | 一般 | 脳の若さを保つために (ファイブ・コグ検査) |

共 催: 認知症サポーターを広める会・直方市立図書館

お問い合わせ: 直方市立図書館 電話 0949(25)2240 ファックス 0949(23)3902