

認知症の方、介護をする方、地域の方 みんなの和みの場

毎月第三日曜日
13~16時 オープン!



《2015年1~3月の和みかふえ》

2015年も
和みかふえに集まろう!

第1部 13:00~14:30 情報で和む

1月18日 「介護保険制度について、学ぼう！」

2015年最初の和みかふえは、介護保険制度について、千葉市あんしんケアセンターの方に説明していただきます。

2月15日 「認知症の方の災害への備え」

災害は突然起こります。認知症の方は、どのようなことに気をつけて、日ごろから災害に備えたらよいのでしょうか。また災害時における市内の支援体制は、どのようになっているのでしょうか。千葉市役所の方に説明していただきます。

3月15日 「健康と癒しの“指ヨガ&ハンドマッサージ”」

指ヨガは脳を活性化し、自然治癒力を高めます。手軽に心身を整えられるので、体を動かせない方にも、介護をする方にも、認知症予防にもお薦め♪ タオルとハンドクリームなど(マッサージオイルでもOK)をお持ちください。龍村式指ヨガインストラクターが指導します。

第2部 14:30~ 会話で和む

カフェ(交流会)

途中入退場自由です。お話しても、聴くだけでも。
お菓子&お茶付です。



第1部のみ、第2部のみ参加もOK。どうぞ、お気軽に!

「和みかふえ」とは…

認知症の方も、介護をする方も、地域の方たちとの温かいかわりの中で安心して過ごせる、認知症や介護に関する情報や想いを分かち合える、そんな場です。



毎月第三日曜日 13時~16時 開場 12時50分

場所: cafe どんぐりの木 <http://dongurinoeki.info/>
電話: 043-301-2439

参加費: 300円 (1部のみ、2部のみでも同額です)
事前申し込みは不要です。

主催: 認知症わかり合いの会「和みかふえ」

共催: cafe どんぐりの木

お問い合わせ: メール: mae.753@crux.ocn.ne.jp
電話(まえざわ): 043-277-2639
(不在の場合は留守番電話に、お名前・お電話番号をお入れください。後日ご連絡します。)

