

令和8年度

ほっとカフェ・冬 開催のお知らせ

1年間を通して『認知症に関するお話』をテーマとし、『認知症に備えるための地域づくり』を皆さんと一緒に考える企画になっています。

皆さんお誘い合わせの上、ご参加をお待ちしております。

日時： 令和8年**11月25日(水)**午後1時から3時まで

場所： **高齢者交流センター**

内容： **みんなで歌って脳トレ体験♪**

歌うことは脳が活性化し、喉（のど）の筋肉が鍛えられ、介護予防に有効だと言われています。今回は陸別町社会福祉協議会が主催している『うたごえサークル』との共催で企画し、初めての方でも楽しみながら効果的な歌い方を体験できる機会にしました。歌の上手い、下手は問いません。ぜひご参加ください。

- ◆今回歌う曲～美空ひばりさんの『愛燦燦（あいさんさん）』
うたごえサークルでいつも歌っている『糸』『青い山脈』なども歌います
- ◆歌の協力～中村ピアノ教室 中村誉子さん



申込不要で、おおむね40歳以上の方を対象にしています。
ほっとできるお茶菓子を用意してお待ちしています♪

『令和8年度のほっとカフェについて』

今年度のほっとカフェは、認知症に関わる町内の介護福祉関係機関の職員で企画して行います。
(しらかば苑・陸別町社会福祉協議会・グループホームゆうの里あいの里・陸別町居宅介護支援事業所・陸別町地域包括支援センター)

日頃気になっている「介護のこと」や「認知症のこと」「施設のこと」等を気軽に相談できる場になればと思っていますので、ぜひご参加ください。

◎この事業は、「しばれくんポイント」および「つらちゃんポイント」の対象事業です。ポイントカードを持っている方は、当日ご持参ください。

【お問い合わせ先】

陸別町地域包括支援センター（電話 27-8001）

