

こおりやまオレンジカフェ

Circolo (チルコロ) だより

第 21 号 (R8 年 3 月発行)

～前回のオレンジカフェの様子～



令和 8 年 2 月 27 日 (金) のオレンジカフェ Circolo (チルコロ) では、啓寿園の理学療法士より、「コグニサイズ」のレクチャーを受けました。英語の cognition (認知) と exercise (運動) を組み合わせた言葉で、認知症予防を目的とした取り組みです。今回は 5 人一組になり、足踏みをしながら 100 から 7 を引くゲーム (グループコグニサイズ) を行いました。頭と体を動かした後はお菓子を食しながら、フリートークを楽しみました。ご参加いただきありがとうございました!

～今月のお菓子紹介～



お好きなドリンク
バナナケーキ
杏仁豆腐



■オレンジカフェとは？

オレンジカフェとは、認知症の方やご家族、専門職、地域の皆さんなど誰もが参加でき、和やかに集うことができるカフェです。

■オレンジカフェ『チルコロ』では何をやっているの？

毎月第 4 金曜日にあさかホスピタルにて開催しています。健康や認知症について学ぶミニレクチャーや生活に役立つ話題提供などを行いながら、参加者の皆様と自由にお話をしています。介護や福祉に関わる専門のスタッフも参加しているため、個別でのご相談も受け付けております。

認知症に“ならないために”よりも、“なっても大丈夫”と思えるように。日々の生活の中で、ほっと一息つける、ちょっと前向きになれる、自然と笑い合える…そんな 1 時間を過ごせる場所にしたいと思っています。予約は不要ですので、ぜひお気軽にご参加ください!

～R8 年度 開催予定日～

4/24、5/22、6/26、7/24、8/28、9/25
10/23、11/27、12/25、R9.1/22、2/26、3/26
※原則、毎月第 4(金) 14:00～15:00

～次回のオレンジカフェチルコロのご案内～

日時: R8 年 3 月 27 日 (金) 14:00～15:00
会場: あさかホスピタル森の棟 2 階 ゲスト用ピアット
参加費: お一人様 200 円
お問い合わせ先: あさかホスピタル(024-945-1701)
相談支援室 鈴木