

1人で抱え込まなくて大丈夫です

軽度認知症・

若年性認知症の方と ご家族のための

集いの場

同じような思いを持った方と、繋がることができます

実施日時

- ① 10/7 (土) 14:00~15:30
- ② 12/2 (土) 14:00~15:30
- ③ 2/3 (土) 14:00~15:30

※2/3は精神科専門看護師をお招きする予定です。

場所：de愛ひろば 教養室



ヨガで心身をすっきり！

看護師兼ヨガ講師のスタッフが、体力に自信のない方でもできる、ヨガをお伝えします。ヨガは代謝アップや睡眠の質向上、排泄を促すことなどのほか、心に安らぎを与えてくれます。心も体も穏やかな時間になっていただけたらと思います。優しくお伝えするよう心がけますので、初めてでも気負わずご参加できます。是非チャレンジしてみてください☆彡

ホッと一息つけ、身体にやさしいティータイム

心身がリフレッシュ、リラックスできた後は、心も素直になりやすいです。話したい方が、話したいように語っていただける時間を設けています。もちろん、無理にお話していただく必要はありません。介護・療養相談も可能です。【思いのまま】のお時間を過ごしていただけます。身体にやさしいおやつをご準備しています♪ (準備のため、必ず申し込みをお願いします。)



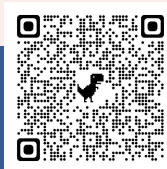
人と人とのつながりは、心も豊かになります。

集いの間、認知症の症状や心身へのリラックス効果が高いアロマを使用し、プログラムの充実だけでなく、内面から安心できる環境と場所づくりを目指します。暮らしの豊かさは、どのような方も求めてもよいものですが、中々一人では作ることができません。同じ境遇の方が集まるからこそその安心感や、社会参画することが、今後の意欲向上の後押しにもつながる可能性があります。



問合せ先・申し込み先 Nアート訪問看護ステーション 認知症cafe係
TEL: 077-598-5426 / FAX: 077-598-5427(裏面参照)

こちらからも申し込みが可能です→



参加申し込み要
参加無料!
複数参加可能!

1人で抱え込まなくて大丈夫です

軽度認知症・

若年性認知症の方と ご家族のための

集いの場

同じような思いを持った方と、繋がることができます

参加申し込み要
参加無料!
複数参加可能!

本紙の必要事項を記入し、下記までFAXをお願いいたします。
また、訪問事業のため、お電話での申し込みの場合は、
すぐに対応できないことがありますので、ご了承ください。

①参加者氏名（全員）：

②当日連絡が付くご連絡先：

③ご参加予定の日（○をつけてください。複数可）：

①10/7 ②12/2 ③2/3

④アレルギーの有無（当日お菓子があります）：

⑤簡単なヨガを皆さんで行います。かかりつけ医師がおられる
場合は、安全のため、必ず事前にご相談ください

：相談した（ ）

問合せ先・申し込み先

Nアート訪問看護ステーション 認知症cafe係

TEL：077-598-5426 / FAX：077-598-5427(裏面参照)

こちらからも申し込みが可能です→

