



いすみ市

R6.7
Vol.11



地域包括支援センターだより

認知症になっても暮らしやすい

いすみ市を一緒に作りましょう



認知症サポーター養成講座を開催！

認知症に対する正しい知識と理解を持ち、認知症の方やその家族が安心して暮らし続けられるよう温かく見守る応援者「認知症サポーター」になりませんか。

日 時	場 所
8月4日(日) 9:30~11:00	岬公民館 2階 第3・4研修室
9月12日(木) 13:30~15:00	大原庁舎 3階 301会議室

注意事項

予約が必要ですので、下記までご連絡下さい。

どちらも同じ内容になります。

どちらか一方の講座にご参加ください。



次回告知

令和6年10月6日(日) 13:30~

「認知症サポーターステップアップ講座」を開催予定です。

認知症サポーター養成講座を受講された方で、認知症の方と一緒に、暮らしやすい地域づくり活動することにご興味・ご関心のある方はご参加ください。詳細は認知症サポーター養成講座にてお伝えさせていただきます。

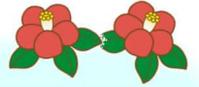
問合せ : いすみ市地域包括支援センター 0470-62-1118

kourei@city.isumi.lg.jp

フレイル予防にでかけてみませんか？

いすみ市の認知症予防カフェ(集いの場)・通いの場をご紹介します！人と話したり一緒にからだを動かすことはフレイル予防や認知症予防に繋がります。ぜひお友達を誘ってでかけてみませんか？

集いの場 (認知症予防カフェ)



地区	カフェ名	活動場所	活動日時
夷隅	カフェひまわり	増田 500-3	週1回火曜 or 木曜 (※お問い合わせください)
大原	ひなたぼっこ	大原 10033-1	第1水・第3木曜 13:30~15:00
	ほほえみ	大原文化センター	第2日曜 13:30~15:00
	波ら輝ガーデンテラス	若山 2634-1	第1・3月曜 15:00~16:30 第4火曜 10:00~11:30
	浪花ガーデンテラス	小沢 630	第4月曜 14:00~15:30
岬	やよい	岬町中滝 2806-2	第1・3火曜 13:30~15:00
	Mカフェ	岬公民館	第2火曜 13:30~15:00
	里山カフェ	桑田公民館	第4月曜 13:30~15:00

集いの場は、地域の高齢者やその家族が集い、おしゃべりやお茶を楽しみながらほっとできる場です。
どなたでもお気軽にご参加ください！ ※特に予約なく参加していただけます

通いの場

通いの場は、自宅の近くで気軽に通える場所に集まり、仲間と一緒に楽しく介護予防のための運動機能、認知機能を高めるプログラム等に、参加者が主体となって取り組む場です。

まだ通いの場ができていない地区の方、ぜひお友達を誘って、通いの場を作ってみませんか？



地区	活動場所	団体名
夷隅	万木区民センター	いすみなんでもごじゃれ会
	松丸向青年館	「通いの場」菜の花
	夷隅文化会館	みんなで楽しく歩こう会
	夷隅文化会館	コスモス健康クラブ
大原	大原台コミュニティセンター	サロンOIG
	渋田区民センター	かもめらくらく体操の会
	小沢区民会館	いきいきふれあい健康サロン
	大原文化センター	シニア健康ダンスクラブ
	大原文化センター	めざせ健康100歳会
	小佐部区民センター	小佐部カフェ
	大原文化センター	元気ことぶき会
	大原文化センター	さくら健康会
岬	鴨根音羽の森コミュニティセンター	鴨根楽しく体操クラブ
	四堰青年館	四堰楽しく体操サロン
	岬ふれあい会館	ほのぼの健康クラブ
	B&G海洋センター	椿ボッチャクラブ
	岬公民館	ストレッチ・リズム体操の会

【問合せ】 いすみ市地域包括支援センター ☎0470-62-1118

※各団体の活動詳細についてはお問い合わせください