

認知症カフェ

認知症カフェ「逢系オレンジカフェ」は、認知症の方やその家族、介護や福祉の専門家、地域の方々が気軽に集える場所です。認知症の介護や地域での支援を考えている方、認知症について知りたい方など気軽にお話しませんか。相談もお受けしています。

【テーマ】

認知症と音楽療法を学ぶ（実践あり）

【対象者】

村内在住で認知症症状のある方とその家族、支援者、地域住民の方

【日時】

8月19日（火）10時～正午

【申込期間】

8月15日（金）まで

【定員】

10名程度

【参加費】

100円

【場所】

逢系ケアステーション

（明日香村大字岡13番地の3）

【申し込み・問い合わせ】

逢系ケアステーション 松田

☎080-6126-9066

認知症予防教室



健康ポイント対象事業

今月の教室は、「目指せ！健康長寿」です。歯科衛生士と管理栄養士から、食べる力を維持し正しい栄養摂取を心がけることを学びます。認知症を予防しながら健康長寿を目指しましょう。皆さまの参加をお待ちしています。

【対象者】

村内在住で65歳以上の方

【日時】

8月27日（水）14時～15時

【申込期間】

8月22日（金）まで

【定員】

30名程度

【参加費】

無料

【場所】

健康福祉センター2階

会議室1・2

【申し込み・問い合わせ】

健康こども福祉課

明日香村地域包括支援センター

☎54-5550

健康ステーション拠点活動



健康ポイント対象事業

速歩トレナーの貸出希望の方は活動日にお越しください。

参加で健康ポイントがたまります。健康ポイントカードを作つて、ポイントをたくさん貯めましょう。

【日時】

8月7日（木）

9時45分～11時45分

【内容】

- ・おでかけ健康法の紹介
- ・速歩トレナーの貸出・診断・返却
- ・健康チェック

血圧測定、体組成（体脂肪や筋肉量など）測定

【場所】

役場1階

ミーティングルーム1

※開催場所が前年度とは異なりますのでご注意ください。

【利用料金】

無料

【問い合わせ】

健康こども福祉課

☎54-5550

個別健康相談

健診結果や、日頃の運動・食事などの生活習慣で気になることを相談できます。相談希望の方は、電話等でご予約ください。

【日時】

8月7日（木）、20日（水）

※要予約

・一人（一組）30～40分程度

・9時30分～15時30分最終予約

【内容】

専門職（管理栄養士・健康運動指導士等）による指導・相談
個別に生活習慣の改善方法をご提案します。

【場所】

役場相談室

【利用料金】

無料

【注意事項】

訪問による相談もできます。ご希望の方はお問い合わせください。

【問い合わせ】

健康こども福祉課

☎54-5550