



新年あけましておめでとうございます。
今年もよろしく願いいたします。

お知らせ

◆◆◆ <認知症講座> ◆◆◆ ～認知症への対応を学ぶ・考える～

日時：1月13日(日) 13時30分～15時(受付開始 1時10分～)

場所：東千葉住宅地集会所 1階ホール

世話人：千葉大学大学院看護学研究科 石丸美奈 先生
千葉市保健福祉局 在宅医療・介護連携支援センター
久保田健太郎 氏

(市社協、認知症の人と家族の会、生活支援コーディネーターの方達も参加されます。)

- 内容：①DVD「認知症への対応を学び合う映像教材」視聴
②「もし、私が〇〇だったら」を考えます。
③認知症の症状やその疑いで困った時の
相談窓口の活用

(どなたでも参加いただけます。申し込み不要。)

このDVDの出演者の
ほとんどが東千葉住民
の皆さんです。役者顔
負けの奮闘ぶりもお楽
しみに！

◆◆◆ <ちょっと心配なこと雑談会> ◆◆◆

～千葉市あんしんケアセンターの方を囲んで～

その時々参加者のちょっと気がかりなこと、知りたいことについて、あんしんケアセンターの方からアドバイスをいただいています。ちょっと心配なこと、相談してみませんか？

(どなたでも参加いただけます。申し込み不要。出入り自由)

日時：2019年1月16日、2月20日、3月20日 水曜日 14時～16時

場所：東千葉住宅地集会所

知っている役に立つ情報や
あんしんケアセンターの具
体的な仕事内容などもお知
らせします。



えんがわサロン



1月24日(木)は
「千葉公園花散歩」の
スライドショーを上映。



•お連れとゆっくり おしゃべり。

•散歩の序でに コーヒーでひと休み。

•60 吋の大画面で映像を楽しむ。

•麻雀、トランプ、将棋、碁 などをする。

•ちょっとした打合せをする

などなど… 過ごし方は自由です！

コーヒー・紅茶・緑茶を
100 円でご用意(お代
り自由・

飲物持参 OK！)

開催： 毎週木曜日 13 時 30 分～16 時

場所： 東千葉住宅地集会所 1 階

元気カフェ

◆前半は口コモ体操、ラジオ体操など。

(椅子に座ってもできます)

◆後半はコーヒータイム、音楽療法、脳トレなど

◆上履き、飲み物をお持ちください。



無理せず、楽しく
身体と脳を活性化



開催： 毎週水曜日 10 時～12 時

場所： 東千葉住宅地集会所 1 階

どちらも、申し込み不要、出入り自由です。

お好きな時にお出かけください。

<問い合わせ>

お近くの「よろず相談窓口」(コーディネーター)、
または下記まで、ご連絡下さい。

TEL： 043-287-2385 (村井)

メール murai.sanae@gmail.com

