

# オレンジ寺カフェ 上げっ



場所：無常寺（会館）/北見市花月町11番7号

時間：午後1時30分～午後3時00分

\* 開催日をお間違えないよう、ご確認ください。

\* 内容は変更になる場合があります。予めご了承ください。

1回目  
5/14  
(火)

特殊詐欺から  
身を守る知恵袋  
～パート1～  
お話し：アルソック



特殊詐欺から  
身を守る知恵袋  
～パート2～  
お話し：アルソック

2回目  
7/9  
(火)

3回目  
9/10  
(火)

運動と  
認知機能に  
ついて



音楽療法  
寺田りえ療法士



4回目  
11/12  
(火)

## オレンジカフェってなに？

認知症の人やその家族、地域の住民、介護や福祉の専門家など誰でも気軽に訪れて、集うことができる場所です。

「ちょっと寄ってみた」でも大丈夫です。

認知症について知りたい考えたい、認知症になっても安心して暮らしたい。そんな地域を作る場所です。



## 何をするとところなの？

どのように過ごすのも自由です。同じ悩みを持つ方とつながり、専門的な相談もできます。認知症や介護保険、健康づくりに関するミニ講話の日があったり、簡単な運動をする日もあります。

お茶を飲みながら地域の人たちの楽器演奏をゆったり聞く日もあります。



参加費  
¥100  
お飲み物など  
用意して  
います