

毎回先着10名さま限定

参加無料

# SOMPOケア オレンジカフェあさがや

JR阿佐ヶ谷駅・地下鉄南阿佐ヶ谷駅から徒歩5分の場所で、認知機能を楽しく刺激するイベントや講座を毎月2回開催いたします。お気軽にご参加ください。

3月

17日(土)10:00~12:00

## 認知症サポーター養成講座

「認知症サポーター」とは、何か特別なことをするわけではなく正しい知識と理解を持ち、地域で認知症の人やその家族に対して、できる範囲で手助けする「認知症の人と家族の応援者」です。あなたも認知症サポーターとなって認知症になっても安心して人が暮らせるやさしい地域づくりに参加しませんか。講座に参加された方には、認知症サポーターのしるしであるオレンジリングをお渡します。



講師: 岩瀬 美菜子  
(SOMPOケアネクスト認知症ケア担当)

介護福祉士、認知症ケア専門士、認知症キャラバンメイト。社内外の認知症に関する研修、ホームの困難事例の相談業務など認知症ケア全般を担う。

会場

ジャパンケア杉並 〒166-0004 阿佐谷南1-17-9 第二細田ビル1階  
※地図裏面参照

下記フリーコールまたはメールにてお申し込みください。

お申し込み  
方法

①申込講座 ②日時 ③お名前 ④参加人数 ⑤連絡先電話番号をお知らせください。

ブログ <http://s-orangecafe.jp/>

お気軽にご相談ください！



0120-37-1865

[orangecafe@sompocare.com](mailto:orangecafe@sompocare.com)

受付時間

午前9時~午後6時  
(土・日・祝日も受付)



4月4日(水) 10時-12時

# 認知機能を楽しく刺激！「鍛えない」体操講座

認知機能の活性化に運動が効果的であることがわかってきています。一緒に楽しく体操をしませんか。激しい運動や跳ねる運動は少し苦手という方も、指先から徐々にほぐし、体を楽にする体操です。



講師：菊地 利子氏

阿佐谷きずなサロン、  
あさ北サロン運営。  
阿佐谷で20年間に渡り  
地域活動を行う。

今後の予定  
・5月 9日(水)



SOMPOケアオレンジカフェ  
ブログ  
<http://s-orangecafe.jp/>



0120-37-1865  
orangecafe@sompocare.com

受付時間  
午前9時～午後6時  
(土・日・祝日も受付)