

もやもや→スッキリ

認知症についてやさしく学ぶカフェ

認知症  
カフェ

2021

# 土曜の音楽カフェ♪

Saturday music café since 2015



13:30

13:50 ごろ

14:30

スタート

ミニ講話

おわり

年目に入りました！

開催日 2月 6日 (土)

3月 6日 (土)

13:30~14:30

新型コロナウィルス感染防止対策を徹底し、小さく再開しました

## 充実の情報コーナー

これまでより、たくさんの本やパンフレットがあります。無料貸し出しもできます！！

## ミニミニ講話あります

今回のテーマは「ケアパスの話と特選グルメ情報」です。お楽しみに！

## 相談コーナーも

看護師、社会福祉士、介護福祉士、ケアマネなどさまざまな専門職に気軽に相談

## 大切なお知らせ

会場での検温と、消毒にご協力お願いします。温かいコーヒー、紅茶を準備しています。

会場は、国見コミュニティセンターですのでご注意ください!!

寒くなってきました。あたたかい格好でお越しください。

連絡問合せ 認知症介護研究・研修仙台センター 022-303-7550 (平日 9:00~17:30)

国見地域包括支援センター 022-727-8923 (平日 9:00~17:30)



●場所 国見コミュニティセンター

●来場費 予約不要・無料

●申し込み、予約は不要。誰でも参加できます。

●駐車場あります。

●参考になる書籍やパンフあります（介護者・ご本人大歓迎）



土曜の音楽カフェ♪  
認知症についてゆるやかに学び出会う場所

企画 東北福祉大学、仙台市、国見地区連合町内会、国見地区社会福祉協議会、国見地区民生委員児童委員協議会、(NPO)仙台傾聴の会、国見地域包括支援センター、エバーグリーン・キタヤマ居宅介護支援事業所、(社福)東北福祉会、認知症介護研究・研修仙台センター

新型コロナウイルス感染症に気をつけて

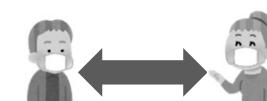
# 通いの場に参加するための留意点



「3つの密（密閉、密集、密接）」を避け、  
「人と人との距離の確保」、「マスクの着用」、「手洗い」を心がけましょう

## ～感染拡大を防ぐためのポイント～

- ♣ 毎日、体温を計測し、体調を確認しましょう
- ♣ 体調の悪いときは休みましょう
- ♣ 症状がなくてもマスクを着用しましょう
- ♣ こまめに、水と石けんで丁寧な手洗いを心がけましょう
- ♣ 1時間に2回以上の換気をしましょう
- ♣ お互いの距離は、互いに手を伸ばしたら手が届く範囲以上空けましょう
- ♣ 会話をする際は、正面に立たないように気をつけましょう



できるだけ2m（最低1m）

## ～体操など身体を動かす時～

- ♣ マスクを着けて運動をする場合は、無理をせず、早めに休憩を取りましょう
- ♣ 熱中症予防のため、こまめに水分補給や室温を調整しましょう



## ～食べたり、飲んだりする時～

- ♣ 座席は、横並びで座るなどの工夫を行いましょう
- ♣ 料理は個々に分けて、茶菓は個別包装されたものを選びましょう
- ♣ 食器・コップ・箸などは、使い捨てにしたり、洗剤で洗いましょう



自宅でもできる全国のご当地体操の動画やリーフレットの情報を掲載しています

詳しくは  
こちら

厚労省 高齢者 体操

検索



◀ QRコード読み取り