

土曜の音楽カフェ♪

Saturday music café since 2015



13:30

スタート

13:50 ごろ

ミニ講話

14:30

おわり

年目に入りました！

開催日 4月3日 (土)

5月23日 (日)

4月は緊急事態宣言が発出されているため休止します。5月はいつもと日程が異なりますのでご注意ください。
6月は通常に戻り、6月5日(土)開催予定です。

新型コロナウイ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「認知症の話とお勧め持ち帰りグッズ情報」です。お楽しみに！(エバーグリーン・キタヤマです)

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。

音楽ボランティア“ぽかぽか”の演奏もあります♪

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!!

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 ●時間 13:30~14:30

●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♪
認知症についてやさしく学び出会う場所

新型コロナウイルス感染症に気をつけて

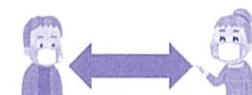
通いの場に参加するための留意点



「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