

かわしま茶ろん

回覧

5月19日（月）10：30～12：00
初回 開催致しました！

友人と参加してくださる方、ご夫婦で一緒に来て下さる方、たくさんの参加にて大盛況でした！

今回は、イベントで松倉にありますシニアフィットネスこもれびの管理者林様が来てくださり相撲体操をみんなで行いました。

椅子に座って無理なく楽しく体を動かしました。皆さん、珈琲を飲みながら心も体もリフレッシュです！！



相撲体操を指導して下さいました
こもれび管理者 林様

次回
!!

8月18日（月）10時半～12時
リバーサイド川島園大会議室にて開催！
大道芸のお三方をお招きします

～認知症関連のイベント紹介

～ 7月9日（水）13：30～
― 【ミーティングセンターみっばら】
産業文化センター2階第4会議室

ミーティングセンターみっばらは
市役所・地域包括支援センターが主催しております。
認知症の方とその家族が集いお話をしたり一緒に活動を楽しむところです。予約はいりません。ご興味のある方、是非お越しください。
何か問い合わせがありましたら川島園までご連絡ください。

地域包括支援センター リバーサイド川島園

発行元

地域包括支援センター
リバーサイド川島園
住所…川島河田町1348
電話番号…058618912979



ケアマネジャー



へタでいい へタがいい

家族介護者教室



6月18日 久保田陽子先生をお招きし、
絵手紙講座を開催しました。
墨汁と顔彩を使って絵手紙を書きました。
絵と字を書く筆は、筆の上部を持つとい
う独特な手法で、大変味のある作品が出
来上がりました。
「絵は苦手で・・・」という方も立派な
作品を作られました。
「夢中になれた」「自分の時間が持て
た」等の感想をいただきました。

次回の家族介護者教室は
9月17日水曜日 13時から
心理師の先生をお招きして
お話を企画しています



川島ライフデザインセンター で開催決定！

11月6日 木曜日 10時より

フレイルチェック大会

**参加
無料**

フレイルは、年をとって体や心の
はたらきが弱くなっていることをいいます
チェックを受けて、
健康状態の振り返りをしましょう



握力や足の筋力など8項目の体測定
質問票を使用しての日常生活の振り返り
看護師・歯科衛生士・栄養士
にも直接相談もできますよ！

握力測定に挑戦！

