



ぽかぽか便り発行について

岡山市中区基幹型認知症カフェ事業「オレンジカフェぽかぽか」は毎月2回、旭竜コミュニティーハウスにて実施しています。発行にあたっては、当カフェについてご理解いただくと共に認知症に関することや介護についてやりhabiri、介護保険等々の情報も発信して参ります。カフェが開催できない時や参加が難しい方にもお読みいただき、介護や生活に困ったときや不安なことを相談できる場としてご活用ください。たくふう会グループのホームページやFacebookにも投稿しています。

8月演題【認知症サポーター養成講座】 ※9月コロナ禍の為、カフェは中止となっております。

認知症サポーターとは？

- 認知症を正しく理解すること
- 認知症の人やその家族に対して温かい目で見守ること



認知症サポーターは、なにか特別なことをする人ではありません。認知症について正しく理解し、偏見を持たず、認知症の人や家族に対して温かい目で見守ることがスタートです。認知症の人やその家族の応援者となり、また自分の問題であるという意識を持つことで、それぞれの暮らしの場で、何ができるか考えていくことが大切です。



ご挨拶

「ぽかぽかが中止になって淋しい」の声をききますと、一日も早くコロナの収束を願わずにはいられません。学区の行事も2年間開催されず、誠に残念でございます。みんなで集まり・しゃべり・食べて・学んで・つながる事の大切なことをみんな知りました。一日も早く、ワクチン接種が終了し、今まで通りの生活に戻れることを念じています。介護・認知症のこと、リハビリ・フレイル防止と「ぽかぽか」の再開を待っています。高齢になって知る、普段のあたり前に感謝しています。がんばれ「ぽかぽか」！



旭竜学区連合町内会 会長
老人クラブ連合会 会長
瀧本 孝

【旭竜支え合い隊】マグネット

旭竜学区の皆様（約2,050個）に配布されています。冷蔵庫などに貼っていただき、ご活用ください！

困りごとサポート

日常生活の困りごとの相談に応じ、サポーターがお手伝いします!!

090-6830-6440

【受付】平日 10:00 ~ 16:00

旭竜助け合い隊

(旭竜学区支え合い推進協議会)

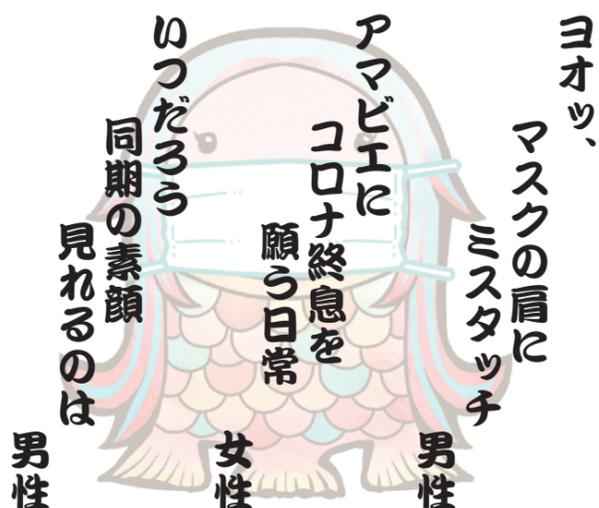
デザインはたくふう会グループで担当させていただきました

脳トレクイズ

今回は、なぞなぞのクイズで脳をトレーニングします！

- ①一番自由な月は何月でしょう？
<ヒント> 自由をひらながにしてみましょう。
- ②世界の真ん中にある昆虫はなんでしょう？
<ヒント> 世界をひらながにしてみると？
- ③パンはパンでも食べられないパンは？
<ヒント> 料理に使うものです。
- ④星は星でも、酸っぱい星はなんでしょう？
<ヒント> ご飯にぴったりなお供、みんな大好きです☆

時事山柳



地域の皆様からのご応募
お待ちしております