



認知症にやさしい町はみんなにやさしい

からきだ

たくみ

# 匠カフェ

## 人生100年幸齢社会!

2025

参加費  
330円  
(飲み物代)

場所：プラネットカフェ  
(唐木田駅徒歩2分)

▶ 詳細は裏面へ



2025年1月22日 (水) 14:00-15:30

「料理が面倒？大丈夫！シニアの栄養講座」

講師：中嶋利香 (天本病院 管理栄養士)

シニアの隠れ栄養失調が増えています。若い頃とは180度違う食事の新常識を簡単&実践的な方法でご紹介します。介護中でお忙しい方、料理が苦手な方にもオススメです。

2025年2月26日 (水) 14:00-15:30

「初めての音楽療法 ~解説とプチ体験~」

講師：平岡雅美 (日本音楽療法学会 認定音楽療法士/臨床音楽療法士の会 ところのわ 所属)

音楽大学卒業後、高齢者施設やホスピス・緩和ケア病棟等で音楽療法を実践してきた講師が、その魅力と効果について解説します。

2025年3月26日 (水) 14:00-15:30

「認知症サポーター養成講座」

講師：多摩センター地域包括支援センターほか

認知症の正しい理解は、安心して暮らせる地域社会へのパスポート。「認知症を学びみんなで考える」この講座を受講すればどなたでも認知症サポーターになれます。

ミニ相談会もあわせて開催!

毎回、最後の15分は自由に交流できる時間です。地域包括支援センターの相談員や天本病院の認知症看護認定看護師もいますので、お気軽にご相談ください。

【予約】 電話 042-376-2941 (多摩市多摩センター地域包括支援センター)

主催：社会医療法人 河北医療財団 / 多摩市多摩センター地域包括支援センター

