



介護つうしん

令和8年度 第2号
新冠町地域包括支援センター
(高橋・村口・柳澤・高岸)

令和8年 5月22日(金)発行

6月の認知症カフェのお知らせ

地域包括支援センターは町内の認知症カフェの企画運営のサポートを行っています。

オレンジカフェ

「お口の健康から始める

認知症予防と美容・健康づくり／茶話会」

日時 令和8年6月10日(水曜日) 13:30~15:00

場所 就労支援事業所 B café ゆるり(朝日268-3)

☎:47-3762

参加費 300円

定員 15名(申し込みはお電話でお願いします)

送迎も対応致します。ご希望の方はお問合せください。



えましあ茶ロン

「スカットボールを楽しもう」

~軽運動で心も体もすっきり!~

日時 令和8年6月15日(月曜日)

13:30~15:00

場所 サポートセンターえましあ(本町65-17)

☎:47-2299

参加費 200円

定員 15名(申し込み必要 受付時間 9:00~17:00)

スティックを使って
ボールを打ち、得点
を競うゲームです



6月のケアラボカフェは お休みです。



6月のチームオレンジ活動日

みんなで楽しく散歩しましょう!

6月10日(水) 10時~

6月24日(水) 10時~

(雨天中止)

集合場所 役場1階ロビー

あんしん座談会

(にいかっぷ健康ポイントカード対象事業)

「スタンプアートを楽しもう／認知症のお話」

スタンプ(ハンコ)を使って作品を作りましょう。(内容が変更となる場合もございます)

日時 令和8年6月19日(金)10:30~11:30頃
場所 役場2階 201会議室
参加費 無料
持ち物 絵具などを使用する予定ですので、
汚れても良い服装でお越しください。
申込み 保健福祉課介護予防係 (☎47-2113)



住民主体の通いの場

「いきいき百歳体操」に参加しませんか？

Q.いきいき百歳体操とは？

高知市で生まれた、椅子に座ってできる筋力アップ体操です。手足に軽いおもりをつけ、ゆっくり動かすことで、転びにくい体づくりや日常生活の動作改善につながります。継続することでより効果が高まります。

こんな方におすすめです

- 最近つまずきやすくなった
- 歩くスピードが落ちてきた
- 家にいる時間が増えて体力が心配
- お友達と一緒に運動したい

体操を継続すると
体力がついたり、階段の
上り下りが楽になる等、体
に良い変化も☆

【開催場所・時間】

えましあ(本町) 毎週金曜日 午後13時半~
東町生活館(東町) 毎週火曜日 午後13時半~
レ・コード館(中央町) 毎週水曜日 午前10時~



みなさんが気軽に集まって体を動かす「百歳体操」の場を増やしたいと考えています。「自分が住む地域でもやってみたい!」「お友達と始めてみたい!」方は、ぜひお気軽に地域包括支援センターまでお知らせください。