

名称	内容
駒ヶ根市食生活改善推進協議会 (通称 食改)	“私たちの健康は私たちの手で”をモットーに、健康的な食事・食生活について学び、地域へ広げる活動を行っています。調理実習の依頼も随時受付中です。みなさんも健康づくりについて一緒に学びませんか？お気軽にお問合せください。(内線333)
保健あすなる会	家庭や隣近所の人達が、明るく健康で豊かな生活ができるよう、そのために必要な手助けや奉仕活動を行っています。地区通いの場での健康教室やデイサービスでのお茶入れ、市教室での託児などのボランティア活動を行います。会員も随時募集していますので、ぜひお問合せください。(内340)



おれんじネット（認知症を知り、地域で支え合う）の講座

事務局

駒ヶ根市地域包括支援センター

TEL. 81-6695

名称	内容
認知症サポーター養成講座	認知症の人とその家族を地域で支えるため、認知症を正しく理解する講座です。 少人数でも開催できます。(受講料無料)
認知症サポーターステップアップ講座	認知症サポーター養成講座の受講修了者が、さらに認知症についての理解を深め、チームオレンジなど地域での支え合い活動をすすめるための講座です。(受講料無料)
おれんじカフェ (認知症カフェ)	認知症の人や家族、地域の人、専門職など、誰でも参加できる集いの場です。認知症や介護について学んだり、思いを語り合ったりすることができます。 【みんなが「ほっと」なる語らいの場】 年6回(6・8・9・10・12・2月の第1月曜日予定) 13:30~15:00 参加費: 400円 内容: 介護に関する講座や、認知症サポート医・認知症介護専門家によるミニ講話、参加者交流 場所: 駒ヶ根駅前ビル アルパ3階 ※予定が変わることがあります。市報で確認いただくかお問い合わせください。 上記以外に、ボランティアグループ・介護施設等が主催する「おれんじカフェ」が9ヶ所あります。(とまり木カフェ、かもめカフェ、メイトの会、亀群喫茶、カフェひなたぼっこ、やまびこ茶屋、やっちゃカフェ、えのきカフェ、なおみカフェ) 新規カフェの立ち上げ支援も行っていますので、ご相談ください。