

# みんなのSUN SUNカフェ

認知症  
カフェ

## 令和8年度 開催日程

とき: 毎月第3水曜日 午前10時-11時30分  
 場所: 蓬萊学習センター分館第一講義室  
 参加費: 100円(材料費等別途かかる場合あり)  
 事前申込: 不要、当日参加OKです  
 ※ 内容は予告なく変更になる場合があります

日付	内容
4月15日	人生ノートを書いてみよう♪～伝えたい想いを記そう～
5月20日	リズムに合わせて元気に!～歌&体操と転倒予防～
6月17日	からだにやさしい夏じたく～水分・栄養・とろみを体験～
7月15日	頭と指を使って楽しもう～マンカラで遊ぼう～
8月19日	介護ってどんな感じ?～見て・触って・体験カフェ～
9月16日	脳卒中について知ろう～いざという時のために～
10月21日	おいしく減塩レシピ～減塩メイトさんと一緒に作ろう～(予約制)
11月18日	認知症講演会「聞こえのこと、認知症のこと」 ※ 分館2階ホールでの開催になります
12月16日	のぼして♪ほぐして♪～セラバンド体操とクリスマスカフェ～
3月17日	笑って元気に!～笑いヨガ～



認知症であっても、認知症でなくても。  
 誰でも気軽に参加でき、専門職や仲間たちと  
 つながることのできるカフェです☺️「ちょっと話したい」だけでも  
 大丈夫です!皆さまのお越しをお待ちしております。

お問い合わせ: 蓬萊地域包括支援センター  
 024-547-2345

# 地域のお宝探し隊

発行元:福島市蓬萊地域  
包括支援センター  
福島市田沢字入20  
024-547-2345

「地域のお宝探し隊」は、蓬萊地区で活動する素敵な人や  
取り組みを紹介し、地域のつながりを広げていくプロジェクトです。

## 地域の樹の芽を育て隊が行く in蓬萊町第六町会



地域のお宝を教えてもらうワークショップの第二弾です！今回は蓬萊町第六町会の皆さまに教えてもらいました。特に印象的だったのは、第六町会の集会所を拠点としたサロンやサークル活動の豊富さや半年間の集会所の使用は150回を超えることを知り、私たちも驚きでした。地域の活動が活発で、お互いに声をかけあっていけるからこそ、元気が続いていくのだと改めて感じました。第六町会の皆さま、ご参加いただきありがとうございます。

## ひよっこ劇団

蓬萊を中心に活動されている「ひよっこ劇団」の皆さん。元気な団員の皆さんが、職場の同僚やお友達のつながりで集まり、「楽しく！」をモットーに活動されています。今回は、当法人のひまわりデイサービスで、楽しいレクリエーションと介護実体験の紙芝居などを披露。会場は笑顔と笑い声に包まれ、とてもにぎやかな時間となりましたよ。



蓬萊地区には、地域でつながり、活動する素敵な方々がたくさんいます。  
私たちは、そんな「地域のお宝」をこれからも紹介していきます！  
皆さまからの地域のお宝情報も募集中です！「こんな活動してる人いるよ」  
「こんな素敵な集まりあるよ」ぜひ蓬萊包括に教えてください！



## 蓬萊地域包括支援センターよりお知らせ

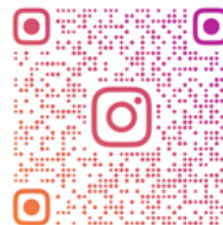
新たに職員が配置されました🌿

どうぞよろしく  
お願いします



社会福祉士 石川尚子

Instagram、随時発信中です！



HOURAIHOUKATSU

地域の活動をインスタでも紹介中！  
いいね👍とフォローおまちしてます💖

蓬萊地域包括支援センターは蓬萊地区(蓬萊町・清水町・田沢地区)を担当している高齢者の相談窓口です。介護や健康、予防など高齢者に関する相談や手続き等の支援を行っています。相談は無料で、内容に関する秘密は厳守いたします。また、介護保険や介護予防、認知症サポーター養成講座等の出前講座の依頼も承っております。町会・サークル・企業の方等々、ご希望の方は蓬萊包括までお電話ください。(電話:024-547-2345)

