



**令和6年  
12月8日(日)  
13:30~14:45**

## **さざんか荘 認知症カフェ**

**認知症になっても安心して暮らせる地域をめざします**  
**大人から子供まで誰でも参加できる場所です**  
認知症が気になる方、認知症の方やご家族が専門的なサポートを受けることが出来るように援助できる場所をめざします。



## **コグニサイズ体操**

**13:30~14:00**

**会場 1F会議室**

コグニサイズとは、コグニション(認知)とエクササイズ(運動)を組み合わせでできた名称で、新しいエクササイズです。認知症の予防と健康促進を目指します。

## **介護相談**

**レクリエーションなど**

**14:00~14:45**

**会場 1F会議室**

## **お問い合わせ先**

さざんか荘

老人介護支援センター

さぬき市大川町田面360番地

TEL: 0879-43-0222

申し込み締め切り

令和6年11月28日