



# オレンジカフェ「つながーる」



## 認知症予防・フレイル予防に取り組もう！

認知症初期の方やそのご家族、認知症予防に関心のある方を対象に認知症カフェです。  
「認知症予防体操」などに取り組みながら認知症予防と健康づくりをしませんか？  
認知症の進行予防と早期発見など 認知症の方にやさしい地域づくりを目指します。

### <プログラム>

- ①認知症や認知症予防に関する講話
- ②認知症予防体操などで認知症予防と健康づくり！
- ③参加者同士の交流

### <対象者>

大田区内にお住まいで、65歳以上

認知症及びその疑いのある方、ご家族

認知症予防に関心のある方 **15名程度**

※事前の申込制です。参加希望の方は、

**事前に電話連絡をお願いいたします！**

### <参加費用>

・令和8年度については

**無料**とさせていただきます。

### <日時・場所>

令和8年 5月7日(木) 6月4日(木) 7月2日(木) 8月6日(木)  
9月3日(木) 10月1日(木) 11月5日(木) 12月3日(木)  
令和9年 2月4日(木) 3月4日(木)

午前10時30分～11時30分(午前10時00分～受付開始します)  
羽田地域力推進センター2階 活動室2【大田区羽田1-18-13】

### <注意事項!!>

- ①発熱がある方、体調のすぐれない方のご来場はお控えください。
- ②ご来場時のマスク着用および咳エチケットの励行にご協力をお願いいたします。
- ③感染症の流行や自然災害などの影響により、参加人数の調整、開催場所の変更や中止の可能性があります。

※事前にお問い合わせください。

### <お問合せ先>

事前にお問い合わせください。

大田区シニアステーション羽田

☎03-6423-7220

大田区地域包括支援センター羽田

☎03-3745-7855