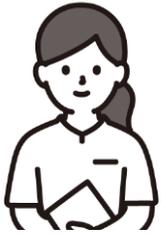


# 1人で抱え込んでいませんか？



認知症や介護について普段は言いにくいことでも、専門職や同じような悩みを持つ人と気軽に話せる場所をつくりたいと思い、カフェを立ち上げました。ちょっといい話を聞いて、その後は、ご本人もご家族も思いを語り合い、気持ちをほっこりさせて、明日への元気をもらえる場所です。気軽にふらっとお越しください。

10月9日  
(木)  
13:30~  
15:00

お問い合わせ・申込は  
うさぎナースケア南草津 谷口  
☎077-584-5715

## 第4回 うさぎ ふらっとカフェ



● 今回のテーマ 「この体操を覚えて  
いつまでも自分の足で歩こう」

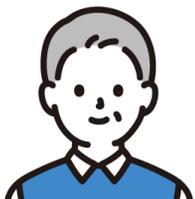
運動の専門家から、気軽にできる体操を教えてください。

● 場所 玉川まちづくりセンター

● 参加費 無料

● 対象 認知症の方  
その家族の方  
物忘れが不安な方

● 参加者の声



うさぎふらっとカフェでは、色々とお話します。つながりもできたので、次回も参加したいと思います。



普段は自分の介護を認めてもらえることはないけれど、ここでは頑張りを認めてもらえた気がしました。

「草津市認知症施策アクション・プラン」の関連事業です