

サロン WAKA

来て、しゃべって、楽しむ！

そんな時間が、私を変えてくれた。

安心して集える場所。

いつもの暮らしのままに

# つながる 新しい私。

サロンWakaは、高齢者の方はもちろん、認知症の方やその家族が、安心して集い、笑い合い、“今のままの自分でいられる”居場所です。佐世保市内から毎月30名以上が参加。負担なく参加できるように、出欠連絡不要・おしゃべり中心・自由参加のスタイルです。体操や脳トレが目的ではありません♪来て・喋って・楽しんでいただくことが目的です♪



**場所** まちなかコミュニティセンター 講堂

**日時** 毎月第一金曜日 14:00~

**料金** **300** 円 税込

まずはお気軽にお電話ください！

代表・若本照子氏は、介護職経験20年。「認知症の兆候がある人ほど居場所を必要としている」その思いから、令和6年より認知症の方を主対象とした新しいサロンを立ち上げました。医療・地域包括・認知症地域支援推進員、生活支援コーディネーターなど、多くの専門職と連携しながら活動を広げています。

TEL.090-2081-9374

来て、しゃべって、楽しむ！

そんな時間が、私を変えてくれた。

安心して集える場所。

いつもの暮らしのまま



# つながる 新しい私。

## 令和8年度 年間スケジュール

4月	5月	6月	7月	8月	9月
4月3日 講話(医療保険課) ゲーム/コグニサイズ	5月1日 とっとり方式認知症 予防運動プログラム お手玉コグニ/なぞなぞ	6月5日 ファイブコグ とっとり方式認知症 予防運動プログラム	7月3日 とっとり方式認知症 予防運動プログラム ゲーム/コグニサイズ	8月7日 とっとり方式認知症 予防運動プログラム ゲーム/コグニサイズ (キッズサポーター)	9月4日 敬老イベント/西方寺 ゲーム
10月	11月	12月	2027 1月	2月	3月
10月2日 講話(認知症予防) ゲーム/コグニサイズ	11月6日 講話(薬剤師) ゲーム/コグニサイズ	12月4日 クリスマスイベント ゲーム	1月8日 年始イベント ゲーム/コグニサイズ	2月5日 講話(医療保険課) ゲーム/コグニサイズ	3月5日 ひな祭りイベント ゲーム/コグニサイズ

開催場所  
まちなかコミュニティセンター 講堂

時間  
毎月第1金曜14時~

参加費  
300円

☎ お問い合わせ・申し込み **090-2081-9374** (代表 若本)

※日程は変更になる場合があります。最新情報はお電話かSNSでご確認ください。