



北部地域包括支援センター 11月の行事

介護予防教室「はびっと」 13:30~14:30 ※無料

体と心の健康づくり、はじめましょう！

介護認定を受けている方も大歓迎！地域の方と交流できますよ！

持ち物：飲み物、タオル ※動きやすい服装

11/10（火）七日市公民館

11/11（水）綴子下町会館のホール

11/12（木）沢口公民館

11/16（月）坊沢公民館

11/19（木）栄公民館



認知症カフェ「まちかどカフェ」 ※無料

介護者ほっとカフェ「くーらーくーる」※無料

11/18（水） 10時~11時

11/14（土） 10時~11時

コムコム 2階創作スタジオ

コムコム 2階創作スタジオ

認知症について理解する機会、
新しいつながりや出会いを提供します。
介護を受けている方、介護している方、
認知症サポーター、専門職の皆さんも

ぜひ、いらしてください。

介護を担う家族や親族のみなさん、
同じ悩みを抱えている仲間と
胸の内を語り合ってみませんか？
専門職の皆さんも家族の思いを

聞いてみませんか？

問い合わせ先：北秋田市北部地域包括支援センター

電話：67-8020 FAX：67-8021