

オレンジの森



～スマイルオレンジと一緒に活動してみませんか？～



宮の森地区にお住いのみなさま、こんにちは。オレンジコーディネーターの加藤です。「オレンジの森」では、いくつになっても、もの忘れがあっても趣味や好きなことを続けられる、困ったときに声をかけてもらえるような地域の拠り所を目指しています。ぜひ一度、お越しいただければと思います。

認知症サポーター

ステップアップ講座

in 明和会館



日時 令和7年 **11**月 **13**日 13:30～16:15

場所 宮の森明和会館 大倉山（中央区宮の森2条11丁目1-3）

定員 30名

受講料 **無料** 申込期限 令和7年 **11**月 **3**日

対象者 認知症サポーター養成講座を修了した方

【プログラム（予定）】

- 13:30 「札幌市のチームオレンジについて」
札幌市中央区第2地域包括支援センター オレンジコーディネーター 加藤 潔子
- 13:50 「認知症の疾患の理解をさらに深める」
ファミリークリニックさっぽろ山鼻 院長 松田 諭 先生（動画出演）
- 14:20 「認知症の方と暮らす社会」～コミュニケーションのポイントと実際～
札幌市菊寿園 介護課長 干場 有理子 氏（札幌市認知症介護指導者）
- 15:00 休憩（15分）
- 15:15 「当事者からのメッセージ」
- 15:35 「オレンジサポーターとしての今後の活動」
～宮の森地区にて実施しているスマイルオレンジチーム「オレンジの森」から～
札幌市中央区第2地域包括支援センター オレンジコーディネーター 加藤 潔子

【お申込み・お問い合わせ】

札幌市中央区第2地域包括支援センター 加藤

011-520-3668





オレンジの森 10月・11月・12月 の予定表

【会場】

宮の森明和会館

【住所】

中央区宮の森2条11丁目1-3

【開催日時】

毎週木曜日13:30~16:30

○●○ 開催予定 ○●○

【10月】 2日・9日・16日

【11月】 27日

*13日はステップアップ講座

【12月】 11日・18日

★ももの治療院～指圧体験会～

10/2・10/16

☆フェルデンクライスワークス体験会

10/2・10/9・10/16

11/27・12/18

★貝田珈琲店

☆編み物マスター

初心者大歓迎！しっかりサポートします。



～ 笑いは健康のもと ～

みなさまこんにちは。オレンジの森では、笑い声でわきあいあいとした雰囲気があります。笑いがもたらす効果はたくさんありますが、笑うことで脳の血流量が増加したり免疫力アップの効果があります。先日、私も同窓会で大笑いして、そのあと一週間ぐらい思い出して笑いして気持ちも若返りました。笑いの効果は絶大ですね（笑）みなさんもオレンジの森に笑いにきませんか？（加藤）

【お問い合わせ】 札幌市中央区第2地域包括支援センター

電話（011）520-3668 担当：オレンジコーディネーター加藤

【共催】 宮の森大倉山連合町内会 / 宮の森大倉山地区民生委員児童委員協議会

札幌西円山病院 / あん摩マッサージ指圧 ももの治療院

フェルデンクライスワークス札幌