

## もくよう会



毎週木曜日、ギターやウクレレの演奏で皆さんと歌を楽しんでいます

## わたぼうし 日常の風景



認知症や介護のこと、ちょっとした気がかりや困りごとについて、思いや体験を語れる場所です



時々世間話をしに来てるよ!!

飲み物

100円

で飲めるのよ



ピアノで癒しの時間を...

認知症や介護について相談したい

要予約 無料

### お気軽相談はじめの一步

認知症疾患医療センター平川病院の医療ソーシャルワーカーと、高齢者あんしん相談センターのスタッフが対応します

#### 個別相談会

毎月 第2水曜日 13:30~15:30

お医者さんへかかるタイミングは?

お薬の悩みがあるのですが...

症状について心配があるのですが...

...などお気軽にご相談ください



中央図書館からの団体貸し出しの本を読みこ...  
(定期的に入れ替えています)



お出かけついでにちょっと立ち寄って...

### 幸齢者サロン

八王子市中央図書館3階にて  
令和6年3月7日(木) 開催

13:30~15:00

#### 当日のプログラム

- ・カラダとココロの健康相談
- ・認知症についての講話
- ・図書館司書さんによる本の紹介

どなたでもお気軽にご参加下さい

介護についてお話をしたい

### 介護者の日

家族会を運営する介護経験者やスタッフが話を伺います

毎月 第3水曜日 開催

13:30~15:30 無料

開催についてはお問い合わせください

さわかい sawakai ころ

要予約

無料

4/30(火)、6/25(火)

13:30~15:00

(偶数月 最終火曜日)

日常にある大切な人との離別、死別による孤独、病気による健康不安、悲しみや不安を話したい方ならどなたでも参加いただけます

### 3月結ぶ会

令和6年3月19日(火)

13:30~15:00

薬剤師さんによる お薬についてのお話

### 4月結ぶ会

令和6年4月13日(土)

13:30~15:00

うたと音楽を楽しむ会