

土曜の音楽カフェ

Saturday music café since 2015

縮小版

5
年目に入りました!

13:30

スタート

14:00

相談・情報コーナーのみ

14:30

終わり

開催日 9月5日(土) 13:30~14:30

来場
無料

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、3月から休止していた「土曜の音楽カフェ♪」ですが、9月から縮小版で開催することといたしました。

●縮小版は、認知症や介護に関する相談・情報コーナーのみです。

ケアマネジャー、社会福祉士、介護福祉士、看護師、民生委員さんなどの専門職がご対応いたします。お気軽にお越しください。

●縮小版では、ミニ講話や楽器の演奏などはございません。

●会場前には、体温計と手指消毒液を準備しております。

●3密回避のための配慮をしております。

●熱中症予防の観点から飲み物はご持参ください。

注 会場は、国見コミュニティセンターですのでご注意ください!!

連絡問合せ 認知症介護研究・研修仙台センター 022-303-7550 (平日 9:00~17:30)

国見地域包括支援センター 022-727-8923 (平日 9:00~17:30)



●場 所 国見コミュニティセンター 2階ホール

●来場費 予約不要・無料

●申し込み、予約は不要。誰でも参加できます。

●駐車場あります。

●参考になる書籍やパンフあります。(介護者・ご本人大歓迎)



土曜の音楽カフェ♪
認知症についてゆるやかに学び出会う場所

新型コロナウイルス感染症に気をつけて

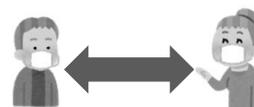
通いの場に参加するための留意点



「3つの密（密閉、密集、密接）」を避け、
「人と人の距離の確保」、「マスクの着用」、「手洗い」を心がけましょう

～感染拡大を防ぐためのポイント～

- ♣ 毎日、**体温**を計測し、体調を確認しましょう
- ♣ 体調の悪いときは**休み**ましょう
- ♣ 症状がなくても**マスク**を着用しましょう
- ♣ こまめに、**水と石けん**で丁寧な**手洗い**を心がけましょう
- ♣ **1時間**に**2回以上**の**換気**をしましょう
- ♣ お互いの距離は、
互いに手を伸ばしたら手が届く範囲以上空けましょう
- ♣ 会話をする際は、**正面に立たない**ように気をつけましょう



できるだけ2 m（最低1 m）

～体操など身体を動かす時～

- ♣ マスクを着けて運動をする場合は、
無理をせず、早めに休憩を取りましょう
- ♣ 熱中症予防のため、こまめに**水分補給**や**室温**を調整しましょう



～食べたり、飲んだりする時～

- ♣ 座席は、**横並び**で座るなどの工夫を行いましょう
- ♣ 料理は個々に分けて、**茶菓**は個別包装されたものを選びましょう
- ♣ 食器・コップ・箸などは、**使い捨て**にしたり、洗剤で洗いましょう



自宅でもできる全国のご当地体操の動画やリーフレットの情報を掲載しています

詳しくは
こちら

厚労省 高齢者 体操

検索



◀ QRコード読み取り