

令和5年度

## わたっこカフェ

 渡波の人と笑いをつなぐ

大切な家族が認知症になる・・・戸惑いや不安。悩み、混乱、どうすればいいのかわからない・・・きっと誰もが経験することです。

日ごろから思っていることや不安に感じていること、対応の仕方など話してみませんか？

悩んでいるのは、あなた一人ではないですよ。ほっと一息つけるような場、笑顔になれる場として『わたっこ』を開設しています。

お気軽にご参加下さい

開催予定

★6月22日（木）

★9月28日（木）

★11月30日（木）

★令和6年1月25日（木）

★3月14日（木）

★時間：午後1時半～3時

★場所：黄金浜会館

石巻市渡波字黄金浜108-1

参加費  
無料

# わたっこカフェ

～渡波の人と笑いをつなぐ～

## 令和5年

6月22日（木）・・・ハーバリウム作り

9月28日（木）・・・薬剤師さんのお話・脳活

11月30日（木）・・・スペインの風コンサート

## 令和6年

1月25日（木）・・・薬剤師さんのお話・脳活

3月14日（木）・・・健康マージャン

★★★★ゆっくりと気持ちをうちあけてみませんか★★★★

14：30からは情報交換、個別相談対応をします。

また、他の別日でやってみたい事も！

健康マージャンなど含め

渡波地区の皆さんが笑い合って『つながり』

を持ち、支え合って過ごしていきましょう



お問い合わせ：石巻市渡波地域包括支援センター ☎ 25-3771