

# Café オレンジハウス

“認知症の人の意思が尊重され、出来る限り住み慣れた地域の良い環境で自分らしく暮らし続ける事ができる社会の実現を目指します”（新オレンジプラン）より

Caféオレンジハウスはこんなことを思っています・・・

- \* デイサービスには行かないけど、ちょっと立ち寄れる場所があったらいいね
- \* お話などがいっぱいできて、ホッとくつろげたらいいね
- \* 介護にかかわる専門家がいて、相談・アドバイスができたらいいね
- \* 専門家同士の交流の場になったらいいね
- \* 高齢者に優しい地域になったらいいね
- \* もっと開催回数を増やせたらいいね
- \* 茨木市でもオレンジカフェの計画を進めていますので、その輪になればいいね



## 開催日時

平成29年 1月14日 (土)

10:00～12:00

1月26日 (木)

14:00～16:00

費用：1回 500円 (お代わりは自由です)

ドリンク：コーヒー 紅茶 煎茶 抹茶 ジュース etc

お茶をして自由におくつろぎください

## 場所

茨木市東奈良1丁目5番5号  
メゾン・ドゥ・ラフィエヌ108号

※駐車場はありませんので、近隣のコインパーキング等をご利用ください。

介護に関する相談を受け付けています。

ご相談は 072-636-9015 まで

毎週火曜日 14:00～16:00

(1ドリンク100円)

※1月3日はお休みします。

産地直送野菜の  
販売もしています

看板が目印!  
お気軽にお越し  
ください!!!



協力団体：茨木市地域包括支援センター葦原／認知症地域支援推進員／いきいきネット相談支援センター／総合メディカル株式会社  
協力専門職：認知症ケア専門士／看護師／薬剤師／介護支援専門員／介護福祉士／福祉用具専門相談員／ボランティア



ホームページURL：www.helper-house.co.jp



facebook

Caféオレンジハウス

有限会社 ヘルパーハウス茨木  
茨木市東奈良1-5-9 ヴィラリバーヂュ  
TEL:072-636-9015 / FAX:072-636-9016

# Café オレンジハウス ニュース

## ～12月開催レポート～

10日(土) 10時～ 15名

ロコモ体操2回目。前回同様ハビリス西さわらぎの兵藤さんを講師としてお迎えしました。

今回のテーマは『お腹と骨盤まわりを鍛える』 ロコモとは？『運動器の障害の為に移動機能が低下した状態』

講義を聞いた後は体操の実践です。まずは姿勢正しく椅子に座る事から始まります。坐骨の上に体重が乗るように背筋を伸ばし、お腹を凹ますだけでも効いている気がします。姿勢はそのまま膝を伸ばしたり曲げたり…一つ一つの動作が終わると共に皆さんから深いため息が聞こえてきました。ポイントは猫背にならない事だそうです。

兵藤さんからのメッセージ 「こけずに自分の足で歩き続けられるように無理のない範囲で毎日することが大切です。」  
体操の後には兵藤さんを囲んで「私ここが痛いんですけど」「私はこの調子が悪くて」と相談の場となりました。



22日(木) 14時～ 24名

『クリスマス会』と『高齢者の冬の過ごし方』のミニ講座。カフェ開始30分過ぎにはもう満席！ありがとうございます！  
となりのかなでの井口さんのギターでクリスマスソングの大合唱。「ジングルベル」「もろびとこぞりて」「赤鼻のとなかい」などなど。約30分。一通り歌い終わって皆さんお待ちかねの『クリスマスケーキ』。ケーキは苺とフルーツのホールケーキ、ブッシュドノエル、キャロットケーキ。ケーキ作りの得意なスタッフ3人の手作りです。一人暮らしの方は大きなケーキを買う事はあまりないのでみなさん大喜び！大日方さんによるミニ講座はわかりやすく話してくださり、話に引き込まれていきました。元気な大日方さんからたくさんのパワーをいただきました。そして今回はクリスマスプレゼントもありました。手編みの靴下、カレンダー、ボディソープ等。「楽しかったあ」と喜びの声を聞くことができました。「来年はああしよう」「こうしよう」と来年の事を考えているスタッフもいました。



火曜日は歓談と産直野菜の販売(20日以外) 他事業所の方が来られて専門職の交流もできました。

来年からも一杯100円で行います。

協力団体：茨木市地域包括支援センター葦原／認知症地域支援推進員／いきいきネット相談支援センター／総合メディカル株式会社

協力専門職：認知症ケア専門士／看護師／薬剤師／介護支援専門員／介護福祉士／福祉用具専門相談員／ボランティア



ホームページURL：[www.helper-house.co.jp](http://www.helper-house.co.jp)



facebook

Caféオレンジハウス

有限会社 ヘルパーハウス茨木  
茨木市東奈良1-5-9 ヴィラパーージュ  
TEL:072-636-9015 / FAX:072-636-9016