



9月は認知症月間です 長房圏域の認知症関連の取り組みを紹介します

場所：シルバーふらっと相談室長房

参加費無料

もの忘れ保健室

毎月第3木曜日 13:30~15:00

座談会形式 14:30~は個別相談 事前予約優先
長房圏域（長房町・並木町・城山手）の方限定

～もの忘れ保健室とは～

医療法人社団光生会平川病院の看護師さんが来て地域の保健室として開催しています。もの忘れが気になる方・病院に行って相談するのはちょっと・・・という方は是非ご参加ください。看護師さんが相談のしてくれますよ。



今回は、2025年 9月18日（木）です



場所：コピオ長房コピテラス

teamおはぎCafe活動中

おはぎcafe

team おはぎcafe
～family reunion～

偶数月第3土曜日 開催

講座+おはぎ作り+座談会+社会参加

～おはぎcafeとは～

認知症の当事者家族介護者支援者交流会です。

認知症のご家族が認知症について知りたい、学びたい、考えたい。

「認知症になっても安心して暮らしたい。」

そんな地域をつくる場所です！！

認知症の当事者・家族介護者・支援者（認知症サポーター※地域・学生・企業等）で活動しています。

長房圏域（長房町・並木町・城山手）の

認知症当事者・ご家族の方へ一緒に社会参加活動をしませんか？



小・中学校生向けの認知症サポーター養成講座も実施予定です

9月は防災月間です

防災の日は、台風、地震などの災害についての認識を深め、これに対応する心構えを準備する日です。最近では台風による強風や川の増水、また地震などいろいろな地域で起こっています。いざという時に、しっかりした備えがあると、落ち着いて行動することができます。防災の日を機会に、防災用品の準備や用品が古くなっていないかなど点検を行いましょう。また、避難が必要となった場合など、避難場所がどこにあるかを確認しておくことも大切です。お住いの地域の避難場所は、「八王子総合防災ガイドブック」に記載されていますので確認しておくとう安心です。



長房圏域★やさしい町づくりプロジェクト

認知症サポーター養成講座

開催のお知らせ

2025年 9月27日（土）14:00～15:30

2025年 11月22日（土）14:00～15:30

2026年 1月24日（土）14:00～15:30

場所：八王子市長房町340-12コピオ長房2階 高齢者あんしん相談センター長房会議室

申込先：☎ 042-629-2530

自治会・企業・団体・サークルなどでの申込は、別日を設定することも可能です。お気軽にお問い合わせください。

各日定員
10名
無料です



認知症サポーターカード
お渡しします



10ポイント
貯まります

八王子市高齢者あんしん相談センター長房

雨天
中止



笑いの健康体操

・9/10(水)・9/24(水)

夏時間 9:15~10:15

・10/8(水)・10/22(水)

通常時間 10:00~11:00

場所 コピオ長房バス通り側軒下

講師 松山ほづみさん

無料！

笑いの健康体操実行委員会

参加申込(高齢者あんしん相談センター長房)
☎→629-2530

見守り
新鮮情報



「キャッシュカード預かります」
は詐欺です！！



キャッシュカードを渡さない
暗証番号を教えない

警察官や銀行協会の職員になりまして暗証番号を聞き出し、キャッシュカードをだまし取る被害が出ています。

高尾警察署 ☎042-665-0110

