

# すまいるオレンジ 北都

## 3月の活動予定

毎週火曜日  
13:30~15:30

認知症の方も住み慣れた地域で  
安心して暮らせるまちづくりへ！  
(詳細は裏面に記載)

3日	もの作り	折り紙等でひな人形を作成予定。
10日	モルック	冬でもみなさんで身体を動かしましょう！
17日	映画上映会 「ぼけますから、よろしくお 願いします」	離れて暮らす娘が監督として、認知症の 母と耳の遠い父を描いたドキュメンタリ ー映画です。
24日	交流会	みなさんでお話して交流を深めましょう。
31日	モルック	今月は5週目までであるので、人気のモル ックをもう一度！



北東白石まちづくりセンター  
(北都地区会館)

白石区北郷3条12丁目4-1

# すまいるオレンジについて

すまいるオレンジは、2024年から札幌市で始まった事業です。  
認知症の方や、ご家族、その支援者であるオレンジサポーターと一緒に集い、

- ・ともに運動や学習を行いながら認知症の理解を深めていく場
- ・認知症の方本人がやってみたい社会活動を実現できる場
- ・認知症になっても笑顔で楽しく過ごせる場

を目指しています。

## こんなお悩みありませんか？

認知症と診断を受け不安  
誰かに相談したい

交流をもちたい  
介護の相談をしたい

認知症について知りたい

ボランティア活動に  
興味がある



どなたでも参加は**自由**、参加**無料**です。

※ボランティア希望の方は、指定の講座の受講が必要になります。

## お問い合わせはこちら

札幌市白石区第1地域包括支援センター 森場

☎ 011-864-4614