

地域包括支援センターだより



「ええげえし」＝「相返し」秩父地域の方言で「助け合う・支え合う」ことを意味します。

第33号（年3回発行）

R3. 7. 1発行

《編集発行》

皆野町地域包括支援センター

皆野町大字大淵103-1

長生荘内

電話 63-1122

題字：皆野小3年 請川 良朋 さん

いきいき100歳体操

長生荘で

介護予防体操 始めます!!

おもりをつけて、ゆっくり動かす簡単な体操です。

どなたでも参加できて、今の若さを保つために効果的です。

感染症対策をとりながら、安全におこないます。

みなさんお誘い合わせて気軽にご参加ください。

*日時 7月26日（月） 午前10時00分～

*会場 長生荘 大広間

*対象者 町内にお住まいの65歳以上のかた

（申込み多数の場合は、地域で体操の機会がない方を優先します）

*持ち物 水分補給の飲み物

*その他 動きやすい服装でおこしてください。

※マスクの着用をお願いします。

*申込み 7月16日（金）までに地域包括支援センターへ

電話 63-1122

◎現在、町内10ヶ所でおこなっています!! 次のページへ➡

「ご近所介護予防体操」 実施団体のご紹介



団体名	対象者	場 所	実施日時
下原げんき会	下原区民	下原区公会堂	毎月第2・4木曜日 午前10時00分～
腰区元気会	腰区民	腰区公会堂	毎月第1・3月曜日 午前10時00分～
国神ハチハチ体操ク ラブ	国神区民	国神公会堂	毎月8のつく日 午前10時30分～
大淵9区おしゃべり 会	大淵区民(旧 9区)	大淵公会堂	毎月第2・4水曜日 午前10時00分～
日野沢婦人クラブ	主に会員	わくわくセン ター	毎月第2・4木曜日 午後2時00分～
親駒クラブ	親鼻区民 駒形区民	駒形区公会堂	毎月1日・15日 午前10時00分～
三沢貯筋体操クラブ	三沢全区民	三沢集落セン ター	毎月第2・4木曜日 午前9時30分～
出牛谷津長生クラブ	出牛区民 金沢谷津区民	出牛区公会堂	第2・4月曜日 午前10時00分～
原区サロンの集い	原区民	原区公会堂	毎月5日・20日 午前10時00分～
中大浜華麗クラブ	中大浜区民	中大浜区公会 堂	毎月第3水曜日 午前10時00分～

問い合わせ 地域包括支援センター 電話 63-1122

つどいの掲示板

まずは、お問い合わせくださいね

らくらく健康塾

毎週金曜日実施中!!

一人ひとりの体力に合わせた楽しい健康体操です。
感染症対策のもと、おこなっています。
ご自身の体力維持に、ぜひご参加ください。

毎月の広報で参加者の募集をしています!!

参加者募集中!!

認知症予防のつどい

つむぐ会

何を作っても大丈夫。オリジナル大歓迎♪
自由に参加してください。

日時：第2、第4木曜日
10時から11時30分

場所：長生荘 大広間

対象者：認知症予防に興味・関心のあるかた

内容：編み物・小物づくり・塗り絵など

参加費：100円



介護する方の体と心の健康のために

介護者のつどい

経験者同士、リフレッシュのひとときを過ごしませんか。

日時：7月19日（月）10時から11時30分

場所：総合センター

対象者：介護をしているかた

内容：ピラティス

参加費：無料



言葉がうまく話せない。思った言葉が出てこない。人の言った言葉を理解するのが苦手。みんなでお話し合いましょう。

失語症の会

（長瀬町と合同で実施しています。）。

日時：原則 第2水曜日 1時30分から3時30分

場所：皆野町（総合センター）・長瀬町（多世代ふれ愛ベース長瀬）

対象者：失語症のかたとその家族

内容：言語療法士による話そう会や、季節ごとのお楽しみ会

参加費：200円

支え合いのまち、活気あふれるまち、ときめきの皆野

地域包括支援センターは、高齢者等のみなさんが住み慣れたところで、安心して自立した生活が続けられるようにお手伝いします。

介護保険サービスの利用方法、介護予防、認知症相談、福祉相談、虐待・消費者相談、成年後見相談、ほか生活に関する不安や悩みなどいろいろな相談に応じます。気軽にお電話・ご来所ください。

町のボランティア活動や、寄り合い、行事など、地区で行っている活動をぜひ取材させてください。どんな小さな集まりでも構いません。



【編集後記】

新型コロナウイルスワクチンの予約がなかなか取れなくて・・・1日中電話機片手に機械音と格闘した。何度電話しても繋がらず、結局あきらめた・・・というお話を何度も何度も伺いました。大変お手数をおかけしております。

ワクチンの予約はご本人やご家族のかたに行っていただくことが一番ですが、どうしても予約できない事情があるかたは、包括支援センターにご相談ください。お一人お一人のご事情を確認し支援させていただきます。

最近、「ワクチン詐欺」という、ワクチン接種に絡む詐欺も聞かれていますので、うまい話には、ぜひ気をつけてください。

ワクチン接種が完了しても、感染予防対策は必要です。マスク着用や手指消毒など基本的なことをしっかり行いましょう。



皆野町地域包括支援センター 福祉介護よろず相談室

皆野町大字大淵 103-1

「長生荘」の中に事務所があります。電話 63-1122