

# ええげえし

「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。

題字(硬筆)：皆野小3年 大澤 泰斗さん

## 明るく 楽しく 前向きに！ コロナに負けないゾ ～がんばれ みんなの～

### 地域の活動を止めない

地域に根差した活動、取材させてください！

コロナ禍の中、今まで当たり前のように集まっていた地域の寄り合いやおひまち、地区のお祭りなどが開催できなくなり、継続が危ぶまれているものも少なくありません。

地域の年配者が自然の流れで次世代に受け継いでいく。それは尊く、決して失われてはならないコミュニティです。

今一度、皆さんの地域の行事を後世に伝えるため、「社会資源マップ」づくりにご協力ください。



皆野面打ち愛好会（腰区）



峯寄席・落語会（三沢地区）

情報の寄せ方は  
挟み込みの用紙を  
ご覧ください！

ら

く

ら

く

健

康

塾

## 口腔機能向上教室 2年ぶりに開催！

コロナ禍となって初めて口腔機能向上教室  
が開催されました。



## あなたのお口大丈夫？

マスク生活が続き、お口で呼吸しがちとなり口腔衛生も悪化しているかたも多い  
ようです。

口腔機能の低下は、歯槽膿漏や虫歯の原因になるだけでなく、身体の衰えに直結す  
ると言っても過言ではありません。元気なお口が健康寿命につながります！

食事の前には「あいうべ～体操」を行い、お口の周りの筋力アップをしましょう。



口を大きく開く



口を大きく横に  
広げる



口を強く前に突  
き出す



舌を突き出して  
下に伸ばす

他にもお口の機能を維持・向上できる楽しいお話や体操が満載です。

ぜひ「らくらく健康塾」にお申し込みください。

## 家の奥で眠っている品、ありませんか？

背もたれ、ひじ掛けがついているポータブルトイレやシャワーチェアなど  
※ 未使用もしくは数回使用したもの

必要なかの支援に使わせていただきます。「寄付してもい  
い」というかたはご連絡ください。



問合せ 地域包括支援センター ☎63-1122



# 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：毎月第2・4木曜日 午前10時～11時30分  
場所：長生荘 大広間  
対象：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、ぬり絵 など  
参加費：100円



## 不要になった生地や毛糸を集めています！

「つむぐ会」で小物づくりに使う生地や毛糸の寄付を募集しています。

ご自宅でもう使わない生地や毛糸を寄付していただけるかたは、ご連絡ください。

問合せ 地域包括支援センター ☎63-1122

つどいの  
掲示板

まずは  
お問い合わせ  
くださいね

介護するかたの  
心と体の健康のために…

## 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：6月27日(月) 午前10時～11時30分  
場所：総合センター  
対象：介護をしているかた  
内容：心と体を整えるクスリ絵ぬりえ  
参加費：無料

6月6日(月)

申込受付開始！



## 失語症の会 長瀬町と合同実施

言葉がうまく話せない。思った言葉がでてこない。人の言った言葉を理解するのが苦手。みんなで分かち合いましょう。

日時：原則毎月第2水曜日 午後1時30分～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：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、季節ごとのお楽しみ会 など  
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、高齢者などの皆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や介護予防、認知症相談、福祉相談、虐待相談、消費者相談、成年後見制度ほか、生活に関する不安や悩みなどさまざまな相談に応じます。

お気軽にお電話・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、地区で行な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3回目接種もすすみ、人の流れも戻りつつあります。最近では、屋外での脱マスクなど、コロナと上手く共存して生活することにも慣れてきました。

とはいえ、まだまだ、人と人との距離が遠く感じる今日このごろ。心のつながりが、人々の暮らし、特に認知症予防、介護予防に最も大切であることがコロナ禍で再認識されています。

マスクを外して大笑いすることは、まだまだ先かもしれませんが、マスクを外した顔を人さまに堂々とさらけ出せるよう、鏡の前でお口の体操としわのばしに今日もせっせと励んでいます。



《編集・発行》

**皆野町地域包括支援センター** 福祉介護よろず相談室

住所：皆野町大字大淵103番地1 ※「長生荘」の中に事務所があります。

電話：63-1122

FAX：63-2600

明るく 楽しく 前向きに！

## コロナに負けない わたしたちの活動

地域の中の取り組みであれば、どんなささいなものでも構いません。さまざまな理由で活動を終了・中止している場合でも情報をお寄せください。

皆さんの活動で町をもっと元気にしていきましょう。情報をお待ちしています！

### ◆応募・問合せ

以下のいずれかの方法で情報をお寄せください。書式は自由です。下の記入用紙を使っていただいても構いません。

分からない点がある場合も、以下の方法でお問い合わせください。

#### 皆野町地域包括支援センター

【電 話】 63-1122

【FAX】 63-2600

【メール】 hokatsu@town.minano.saitama.jp

【郵便・来所】 皆野町大字大淵103番地1 皆野町地域包括支援センター行  
※来所の際は、「長生荘」内の事務所にお越してください。

### ◆記入用紙

団体名	
代表者（電話連絡先）	（ - - ）
行政区・活動場所	
活動日・時間	
活動内容 （いつから、 どのようなことを など）	
終了・中止している場合は その理由	
備考	

※いただいた情報をもとに、取材させていただくことがあります。取材に際しご要望などがあれば、備考欄にご記入ください。