

そうだん

心配ごと相談

社会的な問題や家庭内の悩みごとなどについて相談に応じます。

期日 11月27日(金)
時間 午後1時30分～3時
場所 総合センター
相談員 町社協心配ごと相談員
問合せ 社会福祉協議会
☎62-4615

歳末たすけあい運動

みんなで明るいお正月を迎えるため、今年も歳末たすけあい運動(募金)を実施します。

皆さんの温かいご協力をお願いします。

受付期間 12月11日(金)まで
受付場所 社会福祉協議会
☎62-4615

義援金

皆さんの善意により、多くの義援金をお寄せいただきました。引き続き、ご協力をお願いします。

東日本大震災義援金

義援金 9,903,752円
(令和2年9月30日現在)

受付 役場・長生荘
問合せ 社会福祉協議会
☎62-4615

らくらく健康塾

一人ひとりの体力に合わせた楽しい健康体操を行います。

心と体を動かしていっしょに心地よい汗を流しましょう。以下のいずれかの1コースを選択できます。

①火曜日・1時間半コース

期日 12月22日～3月23日
毎週火曜日(全12回)
時間 午前10時～11時30分

②金曜日・1時間半コース

期日 12月25日～3月19日
毎週金曜日(全12回)
時間 午後1時30分～3時

③金曜日・2時間コース

期日 12月25日～3月19日
毎週金曜日(全12回)
時間 午前10時～正午

①・②・③共通

場所 総合センター
対象 65歳以上
内容 ストレッチ、自宅でもできる健康体操
定員 25人(新規者優先/前回参加者は抽選)
参加費 無料
送迎 1日往復500円
送迎が必要なかたに限ります。
持ち物 動きやすい服装、
運動用シューズ、水など
申込み 11月9日(月)から17日(火)まで
地域包括支援センター
☎63-1122

介護者のつどい

介護者が健康でいられるように、仲間づくりをしませんか。

お気軽にご参加ください。

期日 11月16日(月)
時間 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 ピラティス(リラックス効果のあるストレッチ運動です)
講師 内田亜矢子氏
定員 10人(申込順)
持ち物 飲み物、タオル
申込み 11月11日(水)まで
地域包括支援センター
☎63-1122

認知症サポーター ステップアップ講座

認知症になっても、住み慣れた家や地域で暮らせる優しい町づくり。

期日 11月27日(金)
時間 午後1時30分～3時30分
場所 文化会館会議室 A
対象 認知症サポーター養成講座
修了者
内容 認知症の理解、認知症のかたへの声かけ練習
講師 認知症サポーターキャラバン
メイト、秩父警察署員
定員 30人
費用 無料
申込み 11月2日(月)から20日(金)まで
地域包括支援センター
☎63-1122