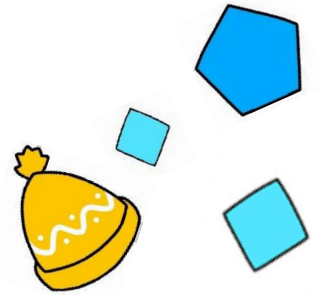


お元気 だ よ い



地域の活動紹介 第12回

大山百寿会体操クラブ



～「地域の親睦・交流と健康寿命+10」をめざしています!～



大山百寿会体操クラブは平成28年に活動を開始しました。月に2回開催し、参加者は20名程度、平均年齢80歳の同好会です。講師は小牧体操連盟の稲垣照子先生で、笑いながら愉快地体を動かします。

参加者の皆さんは「皆でやるから続けられる。今では体操を覚えて家でもやっているよ。」と語っています。

特別教室として、食事会や日帰り旅行なども楽しまれているそうです。

現在、参加者の追加募集中とのこと。気になる方は一度体験参加してみませんか？



冊子の紹介 ～認知症を学ぼう😊～

この冊子では、認知症についてわかりやすく、そしてかわいく、説明しています。

興味のある方は、パソコンで「DC-NET もしも認知症」と検索するか、右のQRコードから読み取り、ダウンロードしてください。→



「もしも 気になるようでしたら
お読みください」

発行元：
認知症介護研究・研修仙台センター

楽しく学ぼう！消費者被害



米野区敬老会

9月の一大イベントといえば「敬老の日」。南部包括では、お祝いの気持ちを込め、地区の敬老会でお集まりの皆さんに「寸劇」を披露しました。

寸劇のテーマは「消費者被害」。劇の中でつぎつぎと悪徳業者に騙されてしまうおばあちゃんに、皆さんからは同情の声があがりました。

被害に遭わないためには、知らない電話番号には出ないこと、知らない人は家にあげないことが大切です。この記事をご覧の皆さまもご注意ください。

★消費者トラブルに関する相談はこちら★

小牧市消費生活センター ☎76-1119



春日寺区敬老会

「家族介護者交流会」開催しています！お知らせ

日頃の「介護」の悩みや不安など…同じ思いの方々に集まり、共に語り合いませんか？
次回、1月15日（水）13:30～15:00 ふらっとみなみ 2階 小会議室 で開催です。

「オレンジカフェみなみ」営業中です！

いつも一人で悩んでいる等、気軽に話ができる場所です。お茶を飲みながら、みんなで気軽にお話をしましょう。相談事は、専門職が対応します。

毎月第1土曜日 9:30～11:30 コミュニティカフェ結（特別養護老人ホーム幸の郷内）

南部地域包括支援センター ケアタウン小牧

小牧市大字北外山字掛割8番地1

☎71-2100

小牧市の委託を受け、運営しています。
気軽にご相談ください。

