

リフレッシュ体操教室のお知らせ

運動サポーターによる体操教室を下記の通り実施しています。

会場	対象地区	曜日	時間
やまぶき公民館	越生東1・越生東2・如意・しらさぎ・如意東・鹿下・大谷・古池・黒岩・河原・新宿・上町・仲町・本町・上台・西和田	第1～4 木曜日	午後1時30分～ 午後2時30分
地域交流センター	上野1・上野2・唐沢・上野東	第1・2 木曜日	午後1時30分～ 午後2時30分
梅園コミュニティ館	津久根・小杉・麦原・上谷・成瀬・堂山・龍ヶ谷・大満・黒山	第1・3 水曜日	午前10時～ 午前11時

内 容 演歌を利用した体操（エンカサイズ）、ストレッチやレクリエーションなど

費 用 無料

持ち物 飲み物・体育館シューズ・タオルなど

◎申込みは不要です。直接会場へお集まりください。

☎越生町地域包括支援センター

☎292-5505

坂戸保健所
管内

メンタルヘルス講演会 「こころとからだを整える!良眠の秘訣」

最近眠りが浅くなった、途中で目が覚める、疲れが取れない、など眠りについて気になることはありませんか?今回は、精神科医の山形晃彦先生より、すっきり目覚め、元気に活動するための良眠の秘訣を教えてください。ぜひご参加ください。

日時 10月8日(日)

午後1時30分～(開場 午後1時15分)

場所 越生町中央公民館集会室

定員 70名

講師 精神科医 山形晃彦先生

☎越生町保健センター

☎292-5505

越生町男女共同参画会議 委員を公募します

「一人ひとり人権が尊重され、男女が共に可能性にチャレンジできる社会の実現」を目指し、越生町男女共同参画プランの策定や推進に関する事項について、調査・審議する委員を募集します。

応募資格 町内に引き続き1年以上住所を有する18歳以上の方・町内に在勤又は在学する18歳以上の方

募集人員 若干名

任期委嘱日 10月から2年間

応募方法 総務課に備え付けの応募用紙に必要な事項を記入のうえ、9月22日(金)までに☎へ提出してください。

※応募申込書は町ホームページからもダウンロードできます。

☎総務課 地域支援・防災安全担当

☎内線217

9月はアルツハイマー月間です

9月21日(木)は認知症等に関する認識を高め、世界の患者と家族に援助と希望をもたらすことを目的に「世界アルツハイマーデー」としています。

認知症とは

いろいろなことが原因で脳の細胞がうまく働かなくなってしまう、様々な障害や生活に支障がでてしまいます。新しいことが覚えられなくなったり、人や場所がわからなくなります。今までできたことも億劫になり、できていたことができなくなります。症状が進行すると、不安が強くなったり、徘徊や感情が激しく変動したりします。認知症の予防としては、バランスの良い食事をとり、適度な運動を心がけましょう。十分な休養をとることも大切です。また、趣味をもつことで楽しみも増えて脳が活性化していきます。できることから、予防しましょう。

越生町で実施しているサービス

◇オレンジカフェ

認知症の方、認知症のご家族の方、地域の方などが集まり、気軽にお話を楽しむ場所です。当事者の方同士でお話ができる機会となります。お気軽にご参加ください。また、当日にお手伝いしていただくボランティアさんも募集しています。

①会場 里の駅

日時 毎月第2金曜日 午後1時30分～2時15分

②会場 デイサービス松風

日時 毎月第3日曜日 午後1時30分～2時30分

◇認知症サポーター養成講座

認知症の方を地域で見守ることができるよう、認知症サポーターを養成しています。

◇認知症初期集中支援チーム

認知症の早期発見、早期治療につなげることができるよう支援するチームです。

◇越生町徘徊高齢者等 SOS ネットワーク事業

徘徊の恐れのある認知症の方が、行方不明になった場合及び行き先がわからなくなった場合に、地域の支援を得て早期発見できるようにするための支援方法です。

◇越生町徘徊高齢者等見守りシール交付事業

「見守りシール」とは、登録された方の情報が登録されたQRコードが印字されたシールです。

☎越生町地域包括支援センター

☎292-5505

☎健康福祉課 高齢者介護担当

☎内線116



▲「見守りシール」

今年30歳の代 同窓会開催(10月某日)のお知らせ

2006年度越生小・梅園小卒業生または2009年度越生中卒業生へ

この度、30歳の節目に同窓会を開催します。奮ってご参加ください。

対象の方がお知り合いにいましたら、本人にお声かけくださると幸いです。

幹事：間々田、土居、青柳

▶参加アンケートフォーム



広告