



様々な催しが行われているようじゃの。

# はっらっ

平成29年 8月1日号



一緒にいってみましょうか。

## 千本『井戸端介護』に参加してみませんか!

○井戸端介護とは…介護のこと、健康のこと、色々なテーマについて楽しく語り合います。毎回、ミニ講座の後に懇談会を開いています。皆様お気軽にご参加ください。

今回は「福祉用具って便利!」と題し、福祉用具の専門相談員をお招きします。福祉用具を活用する事で、自宅でいきいきと自分らしい生活が送れることを、ぜひ知って頂きたいと思います。



講師 野田 拓弥 氏

(株)イノベーション オブ メディカルサービス

誠実な人柄と素早い対応で、ご利用者やケアマネさんからの信頼を集めています。

福祉用具専門相談員として5年目。介護福祉士としても4年。経験豊富な相談員さんです。

日時 : 平成29年 9月 13日 (水)  
13:30~15:00

場所 : 第一地区センター  
八幡町65-1

対象 : 自分の身体をケアしようと思う方  
介護に関心がある方、介護をしている方等どなたでも。

参加費 : 無料

お申し込みは不要です。

駐車場が少ない為、できるだけ公共交通機関でお越しください。

お問い合わせは千本地域包括支援センター 055-962-5932 まで

福祉用具の  
展示も  
行います

# 介護予防教室

## 第2回 せんぼん・健康ウォーキング

健康増進・介護予防として今流行のノルディックウォーキング  
決められたコースを皆さんでウォーキング

数箇所に設置したポイントで脳トレクイズに挑戦



ノルディックポールを利用して安全にウォーキングを楽しみましょう。

第2回は蛇松緑道をウォーキング予定。

**日時** H29年10月13日(金) AM10:00~

**集合場所** 千本プラザ大会議室



参加者定員 30名 (65歳以上)

**\*医師から運動を禁止されていない方**

ウォーキングは20分コースと40分コースを予定

運動に適した服装、シューズ、飲み物、タオル等を用意してください。

ノルディックポール希望者には無料で貸し出します。

お申し込みは千本地域包括センター962-5932へご連絡ください☎

お申し込み期限10月10日(火)

## せんぼんカフェ (認知症カフェ) 参加者大募集♪



認知症患者様、認知症に興味のある方、介護されている方

素敵な歌声を聴いて、一緒に語らしましょう♪

出演: 静岡県立沼津西高等学校 芸術科音楽専攻 加藤先生(声楽)

平成29年 8月17日(木) 10:00~12:00

千本プラザ2階大会議室にて 参加費無料です。ぜひお立ち寄りください♪



詳しくは…千本包括962-5932へご連絡ください☎