

# 子育て応援

# すこやかだより



**内**…内容  
**場**…場所  
**定**…定員  
**費**…費用・参加費  
**申**…申込み  
**日**…日時  
**対**…対象  
**持**…持ち物  
(記載のないものは無料)  
**問**…問合せ

## 保育所地域交流会

保育所の園庭で、地域の方が自由に遊ぶことができます。※雨天中止

- 日** 南保育所 9月8日(火) 10時～11時30分  
 北保育所 9月15日(火) 10時～11時30分  
**対** 町内在住の就学前の乳幼児とその保護者  
**持** 水分補給の飲み物、着替え、帽子、タオル等

- 問** 南保育所 (小室3114) ☎722-1855  
 北保育所 (内宿台5-214-3)  
 ☎728-3258

※詳しくは各保育所ホームページをご覧ください。

ご利用ください

## 子育て支援センター

### 伊奈町子育て支援センター (北保育所内)

**利用日時** 月～金曜日、第2土曜日9時30分～12時、  
 13時～16時 (第2土曜日以外の土日祝日休)  
**問** 伊奈町子育て支援センター  
 (内宿台5-214-3) ☎728-3482  
 ※内容が変更になる場合があります。詳しくは、町ホームページをご確認ください。  
 ※8月の年齢別遊び広場は行いません。

#### 年齢に合わせた遊びや歌を楽しみましょう

#### 0歳児遊び広場

**日** 9月3日(木) **対** 0歳児と保護者

#### 1歳児遊び広場

**日** 9月10日(木) **対** 1歳児と保護者

#### 2歳以上児遊び広場

**日** 9月17日(木) **対** 2歳以上の幼児と保護者  
 ※時間はいずれも10時～10時30分  
 ※先着5組の電話予約制 (8月24日(月)9時～受付)

#### ゆめくる つどいの広場

親子で遊ぶ場所です。※常駐のスタッフがいます。  
**日** 月曜日：13時～16時、水・金曜日：9時～12時  
**場** ゆめくる児童室 (小室2450-1)  
 ※祝日は開催していません。

#### 児童相談

**日** 8月28日(金)10時～15時  
**場** 伊奈町子育て支援センター  
 相談員が、子どものしつけや生活についての相談に応じます。

### きむら伊奈保育園 (らっぴーひろば)

**利用日時** 月～金曜日9時30分～13時30分、14時～15時30分 (土日祝日休)  
**問** きむら伊奈保育園 (小室6965-1)  
 ☎723-3300

#### イベント情報

#### 制作！楽しくはみがきをしよう！

**日** 8月4日(火)・6日(木)・7日(金)  
 10時30分～11時30分  
**定** 1日5組の親子 (要事前予約)

### カオルキッズランド伊奈園

**利用日時** 月～金曜日10時～16時 (土日祝日休)  
**問** カオルキッズランド伊奈園  
 (小針新宿523-1) ☎729-2888

#### イベント情報

#### にぎにぎキャンディ作り

お子さんにおもちゃを手作りしませんか？  
**日** 8月6日(木)10時30分～  
**対** 0～1歳児のお母さん  
**定** 4組

#### オリジナルエプロン作り (子ども用)

布描きクレヨンでオリジナルエプロンをお子さんと一緒に作りませんか？  
**日** 8月18日(火)10時30分～  
**定** 4組 **費** 250円 (材料費)  
 ※電話で予約を受け付けます。詳しくは、電話等でご確認ください。  
 ※来園の際は新型コロナウイルスの予防策として、検温、マスク着用、手洗い、消毒の励行をお願いします。

### ピノ保育園 (ふれあいひろばおおきな樹)

**利用日時** 月～金曜日9時～16時 (土日祝日休)  
**問** ピノ保育園 (小室1027-2) ☎720-4152

#### イベント情報

#### 絵画造形教室

専門講師による絵画造形教室です。絵の具やクレヨンはもちろんのこと、モールや色画用紙などさまざまな素材を使って制作します。  
 できあがった作品を見て「どこに飾ろうかな」なんて親子の会話も聞こえてくる楽しい教室です。  
**日** 8月27日(木)11時～ ※10時45分頃～入室可  
 ※要事前予約 (8月3日(月)～受付)  
**対** 1歳半～ (目安)  
 ※いすに座って取り組める子  
**費** 300円

## 保育士（会計年度任用職員）募集

**業務内容** 乳幼児の保育等  
**任用期間** 採用日から令和3年3月31日  
**応募資格** 保育士資格を有する方

**☎** 各保育所で随時受付けています（月～土曜日9時～17時）。詳しくは、各保育所ホームページをご覧ください。



### 北保育所

**勤務時間** 火～土曜日7時30分～9時  
**募集人数** 1名  
**☎** 北保育所（内宿台5-214-3）  
☎728-3258

### 南保育所

**勤務時間** 土曜日7時30分～16時  
**募集人数** 1名  
**☎** 南保育所（小室3114）☎722-1855

## 児童手当現況届の提出はお済みですか

児童手当現況届については広報いな6月号でお知らせしています。提出が必要な方には6月に書類を郵送したところですが、提出はお済みでしょうか。

現況届を提出していない方は、児童手当を受給できませんので、速やかな提出をお願いします。

**☎ 子育て支援課 ☎2160**

## 心身障害児通園施設（10月入所）の入所申込みを受付けます

心身障害児通園施設とは、心身に障がいのある未就学児童（2歳児～5歳児）を療育するための通園施設です。

**受付期間** 8月19日(水)～31日(月)（土日除く）

**必要書類** ①通園（利用許可）申請書②障害者手帳の写しまたは医師等の診断書もしくは意見書③家庭の状況・生育歴④現在の様子⑤入所希望調書

※①③④⑤は様式あり。子育て支援課窓口で配布。

**☎ 子育て支援課 ☎2128**

## 児童館

小室5161 ☎722-9113 開館時間 9時～17時  
**8月の休館日** 1・3・11・17・24・31日



### 【お知らせ】

児童館では、午前・午後入れ替え制にして人数制限を行っております。以下のご利用条件をご確認のうえご来館ください。

#### 午前の部 9時30分～11時30分

町内在住の**未就学児と保護者**のみ  
※小学生以上の兄弟はご遠慮ください。

#### 午後の部 14時～16時

町内在住の**小学生～高校生**のみ  
※大人の方（付添いを含む）はご遠慮ください。

今後の予定につきましては、児童館ホームページをご覧ください。※『伊奈町総合センター・児童館』で検索。

#### \*ご来館の際は・・・

- ①発熱やせき症状など体調の悪い方は、来館をご遠慮ください。（ご家族に具合の悪い方がいる場合も同様）
- ②マスク着用、受付時の検温、手指の消毒にご協力をお願いします。
- ③利用票には、連絡のつく電話番号と住所の記入をお願いします。（小中学生には連絡のつく電話番号と住所が書かれたメモを持たせてください。）
- ④水筒をお持ちください。しばらくの間、おやつはご遠慮ください。

## おはなし会

**☎** 絵本や紙芝居、手遊び等 **☎** 9月11日(金)10時30分～11時 **☎** 乳幼児と保護者  
**☎** 5組（先着順） **☎** 8月28日(金)9時から児童館窓口または電話申込  
※今月は予約制になりますので、ご注意ください。

## 幼児教室

**☎** 親子のふれあい遊びやお話  
**☎** 8月20日(木)9時から児童館窓口または電話申込 ※代理申込みはご遠慮ください。  
※2歳のお子さまは成長に合わせてお遊び広場かわんぱく広場のどちらかをお選びください。  
※幼児教室は通常、自由参加で毎週行っておりましたが、今月は定員を設け予約制に行います。それぞれ下記1回のみ開催です。ご注意ください。

### あかちゃんサロン

**☎** 9月17日(木)10時30分～11時  
**☎** 0歳児と保護者  
**☎** 5組（先着順）

### お遊び広場1・2歳児教室

**☎** 9月8日(火)10時30分～11時  
**☎** 1・2歳児と保護者  
**☎** 5組（先着順）

### わんぱく広場2～4歳児教室

**☎** 9月3日(木)10時30分～11時  
**☎** 2～4歳児と保護者  
**☎** 5組（先着順）

## 幼児工作教室

**☎** どんぐりでカラフルマラカスをつくろう！ **☎** 9月24日(木)10時30分～11時  
**☎** 1歳半以上の幼児と保護者 **☎** 5組（先着順） **☎** 50円  
**☎** 8月27日(木)9時から児童館窓口または電話申込 ※代理申込みはご遠慮ください。

## 問 健康増進課（保健センター） ☎ 720-5000

「伊奈町保健事業のお知らせ」と併せてご覧ください。

内：内容 場：場所 対：対象 定：定員 持：持ち物 費：費用 申：申込み

### ♥ 予防接種 ※予防接種でご不明の点は、健康増進課までお問い合わせください。

費 無料

- 各種予防接種については、「伊奈町保健事業のお知らせ」または町ホームページでご確認ください。
- 転入等で予防票をお持ちでない方は、必ず母子健康手帳を持参のうえ、健康増進課（保健センター）までお越しください。
- 予防接種の際は、保護者の同伴が必要となります。特別な理由で同伴できない場合は委任状が必要となりますので、健康増進課（保健センター）までお越しください。

## お子さまの予防接種は遅らせずに接種を進めていきましょう

新型コロナウイルス感染症が気になり、予防接種を遅らせていませんか。

特に赤ちゃんの場合は、予防接種を遅らせると免疫がつくのが遅れ、重い感染症になるリスクが高まります。赤ちゃんやお子さんの健康を守るために、予防接種は遅らせずに予定通り受けましょう。

なお、医療機関を受診する際は、体調に問題がないことを確認し、手洗いや咳エチケットの徹底をお願いします。



### ♥ 母子保健 お母さんと赤ちゃんの健康のために

場 保健センター

新型コロナウイルス感染症の影響で予定が変更になる場合があります。最新情報は町ホームページをご覧ください。

名 称	実施日	内容・対象・持ち物	受付時間	備考
乳 児 健 康 診 査	8 / 7 (金)	対 令和2年4月生	13 : 10 ～13 : 50	<b>申</b> 当日直接会場へ 対象児には個別通知します。ご不明な点がありましたら、上記までお問い合わせください。  <b>予約制</b> 相談時間についてはお問い合わせください。 計測のみ希望でも前日までの予約が必要となります。  相談時間についてはお問い合わせください。
	9 / 11 (金)	対 令和2年5月生		
1 歳 6 か 月 児 健 康 診 査	8 / 21 (金)	対 個別通知でご確認ください。	個別通知でご確認ください。	
	9 / 18 (金)			
3 歳 児 健 康 診 査	8 / 4 (火)	対 平成29年3月生	13 : 10 ～13 : 50	
	9 / 1 (火)	対 平成29年4月生		
乳 児 相 談	8 / 7 (金) 9 / 11 (金)	対 1歳未満 内 身体計測・育児全般の相談 持 母子手帳、おむつ、バスタオル	<b>予約制</b>	
育 児 相 談	8 / 21 (金) 9 / 18 (金)	対 1歳以上就学前 内 身体計測・健康・育児・栄養等の相談 持 母子手帳、おむつ、バスタオル		
幼 児 相 談	8 / 28 (金) 9 / 25 (金)	対 発育・発達等の面で気になる方 持 母子手帳		
離 乳 食 講 習 会	8 / 18 (火)	内 栄養士が離乳食の進め方や作り方について実習を交えて指導します 持 母子手帳、筆記用具	9 : 50 ～10 : 00	<b>場</b> 料理室 <b>申</b> 要事前予約
フ ッ 素 塗 布	8 / 19 (水)	対 1歳6か月児健診で歯科受診済で就学前の幼児(希望者) 持 母子手帳、ハンカチ、バスタオル ※歯の健康手帳をお持ちの方は持参してください。	13 : 30 ～14 : 30	<b>費</b> 1,430円 <b>申</b> 当日直接会場へ ※6か月間隔で塗布します。

## 小児の急病・けがに

●小児初期救急当番医（月～土曜日20時～22時、祝日および年末年始は除く）  
平日の夜間にお子さんの急病・けがなどが発生した場合、桶川・北本・伊奈地区の当番医が診療します。

☎ 伊奈町消防本部・署 ☎ 722-8111

●小児救急電話相談

☎ #8000（NTTのプッシュ回線、携帯電話をご利用の場合）または  
☎ 833-7911（IP電話・ひかり電話・ダイヤル回線をご利用の場合）

## 休日の歯科当番医

北足立歯科医師会休日診療所  
住所

鴻巣市赤見台1-15-23

☎ 048-596-0275

診療時間

9時30分～12時30分



# 健康ガイド

## ♥ 成人保健 毎日の健康のために

場 保健センター

名称	実施日	内容・対象	受付時間	備考
健康相談	8/19(水) 9/16(水)	内 保健師・栄養士による血圧測定、検尿、 栄養相談等 対 町民の方	10:00 ～11:00	申 当日直接会場へ
こころの健康相談	8/26(水) 9/30(水)	内 専門の相談員が家族関係や職場での悩 みなど、さまざまな相談に応じます。 対 町民の方	予約制	相談時間については、 お問い合わせください。

## + 休日当番医

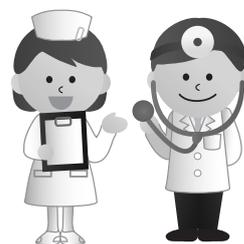
診療時間 9時～17時

月日	医療機関名	所在地	診療種類	電話番号
8/2 (日)	坂部医院	桶川市	内/小	771-1055
	埼玉県中央病院	桶川市	内/外	776-0022
	山田医院	北本市	内/小	048-593-0353
8/9 (日)	伊奈病院	伊奈町	内/外	721-3692
	鈴木内科医院	桶川市	内/小/皮	787-3000
	榎原医院	北本市	内/胃腸/肛門	048-542-6582
8/10 (祝)	なかた呼吸器科内科クリニック	桶川市	内/呼内	729-2811
	埼玉県中央病院	桶川市	内/外	776-0022
	北本中央クリニック	北本市	内/小/循内/消/呼/血内	048-591-2257
8/16 (日)	ベニバナファミリークリニック	桶川市	内/小/消内/皮/外	787-0002
	埼玉県中央病院	桶川市	内/外	776-0022
	藤倉医院	北本市	循/外/内	048-592-3045
8/23 (日)	伊奈病院	伊奈町	内/外	721-3692
	渡辺医院	桶川市	内/小	787-2181
	きたもと脳神経外科クリニック	北本市	脳外	048-592-8808
8/30 (日)	みなみのメディカルクリニック	伊奈町	内/消内	720-0033
	埼玉県中央病院	桶川市	内/外	776-0022
	二ツ家整形外科	北本市	整/リハ/リウ/内	048-590-3344
9/6 (日)	伊奈病院	伊奈町	内/外	721-3692
	おけがわ眼科	桶川市	眼	783-4957
	林田内科医院	北本市	内/小/循/消/リハ	048-592-7711

※受診の際は、各医療機関へお問い合わせください。

※桶川北本伊奈地区で広域的に実施しています。

※広報掲載の後、当番医の変更が生じる場合もあります。各新聞の埼玉版休日当番医欄も参照のうえ、お出かけください。



## 埼玉県の救急電話相談・緊急医療機関案内

24時間365日

大人や子どもの急な病気・けがに看護師が電話で相談に対応するとともに、お近くの診療可能な医療機関（精神科・歯科を除く）の案内をします。

☎#7119（NTTのプッシュ回線、携帯電話をご利用の場合）

☎824-4199（ダイヤル回線・IP電話・PHSをご利用の場合）

※このほか伊奈町消防本部・署☎722-8111でも休日・夜間に診療の受けられる病院の問い合わせに応じます。

埼玉県医療機能情報提供システム

検索



医療機関や薬局の情報を検索できます。  
対応可能な疾患や手術実績もわかります。

## 埼玉県 AI 救急相談

AI（人工知能）を活用し、急な病気やけがの家庭での対処方法や医療機関への受診の必要性について、チャット形式のフリー入力で相談に応じます。

埼玉県AI救急相談 検索

### 特徴

- 利用者の相談内容に基づき、可能性のある症状を案内します。
- 利用者が選択した症状について、緊急度を判定します。
- 症状によっては家庭での対処法について利用者に助言します。
- スマートフォンからの利用であれば、埼玉県救急電話相談（#7119）や119番への電話が可能です。



問 健康増進課（保健センター） ☎ 720-5000

「伊奈町保健事業のお知らせ」と併せてご覧ください。

内：内容 場：場所 対：対象 定：定員 持：持ち物 費：費用 申：申込み

い～な！健康マイレージ対象事業

12月11日(金)  
まで実施中

## 特定健康診査・健康診査を早めに受けましょう

町で実施している特定健康診査・健康診査は、自分の健康状態を知り、生活習慣を見直すよい機会です。毎年1回の受診を習慣づけましょう！

**費** 無料

**申** 各医療機関に直接お申込みください。

※40歳～74歳で伊奈町国民健康保険以外の健康保険等に加入している方は、ご自身が加入している健康保険組合等に受診方法をご確認ください。

※発熱等何らかの体調不良がある場合は事前に実施医療機関に相談してください。

※4月1日～9月30日に伊奈町国民健康保険に加入手続きをした方には後日受診券を送付します。

※新型コロナウイルス感染症対策「緊急事態宣言」が出ている間は、受診や医療機関への予約はできません。

### 実施医療機関一覧

医療機関名	電話番号
石くぼ医院	872-6121
伊奈中央病院	721-3022
伊奈病院健康管理センター	723-6071
今成医院	723-8280
内田クリニック	728-9296
尾崎内科クリニック	720-1701

医療機関名	電話番号
金崎内科医院	728-8550
木村クリニック	723-8884
希望(のぞみ)病院	723-0855
みなみのメディカルクリニック	720-0033
みやうち内科・消化器内科クリニック	783-3751
世沢整形外科	723-9191

※例年実施期間の終わりごろは、どの医療機関も大変込み合いますので早めに受診しましょう。

**問** 40歳～74歳で伊奈町国民健康保険に加入している方…**保険医療課** ☎ 2172

後期高齢者医療保険に加入している方…**保険医療課** ☎ 2174

## 歯周疾患検診を実施します

歯周病の予防・早期発見を目指しましょう。

**日** 9月1日(火)～12月25日(金)

**対** 40歳以上(昭和56年3月31日以前生まれ)の町民

**持** 受診券、保険証

**費** 500円

**申** 8月17日(月)から健康増進課(保健センター)窓口または電話で申込

※申込後、受診券を送付しますので、右表の実施機関に予約のうえ受診してください。

※発熱など体調不良の場合は受診をお控えください。

### 実施医療機関一覧

医療機関名	電話番号
大津歯科医院	721-1181
小島歯科医院	723-0006
ことぶき歯科医院	729-0820
こむろ歯科医院	724-0700
さくら歯科医院	724-1182
さわだファミリー歯科	723-8217
高野歯科医院	721-8148
中村歯科医院	720-1800
服部歯科医院	728-5323

※新型コロナウイルス感染症の影響により、事業が中断・中止となる場合があります。

## 埼玉県コバトン健康マイレージ参加者を募集します

県内各地を歩いて、歩数に応じたポイントでさまざまな県産品などが当たり、好評を博している「埼玉県コバトン健康マイレージ」。

伊奈町では、この参加者を今年も募集します。申込時期などについては、広報いな9月号で詳しくお知らせします。

**定** 歩数計による参加者100名

※スマホアプリを使って参加する場合、申し込みは随時受け付けています。



埼玉県コバトン健康マイレージ

検索

## 胃カメラによる 胃がん検診

10月9日(金)  
まで受付中

多くの方が受診している胃がん検診（胃カメラ）は、受付を10月9日(金)で締め切ります。それまでに定員に達した場合は、受付の締め切りを更に繰り上げますのでお早めの申し込みをお願いします。詳しい内容は広報いな6月号をご覧ください。



**対** 令和2年度末の年齢が50歳以上の方で、偶数年齢となる方

※今年度から上限年齢を撤廃しました。

50歳：昭和45年4月1日～昭和46年3月31日生まれ  
52歳：昭和43年4月1日～昭和44年3月31日生まれ  
54歳：昭和41年4月1日～昭和42年3月31日生まれ  
56歳：昭和39年4月1日～昭和40年3月31日生まれ  
58歳：昭和37年4月1日～昭和38年3月31日生まれ  
60歳：昭和35年4月1日～昭和36年3月31日生まれ

：

※以降、同じように2歳刻みの方が対象となります。

**申** 健康増進課に電話または窓口で申込

## 令和2年10月1日から ロタウイルスワクチンの 定期接種が始まります

**対** 令和2年8月1日以降に生まれた0歳児

**接種開始日** 令和2年10月1日(木)以降

**費** 無料

**注意事項** 対象となるお子さまには、定期接種開始前に個別で通知をします。

なお、定期予防接種の対象外のお子さまには、今まで通り、任意予防接種として生後6週～24週の期間に、町内の指定医療機関で接種した場合に限り、2回分まで接種費用のうち3,000円を補助しています。

詳しくは、町ホームページをご確認ください。

## 医療機関等の適正な受診を！

医療費をムダなく有効に使うために、医療機関等は適正に受診しましょう。

- やむを得ない場合以外は、休日や夜間の受診は控えましょう。
- かかりつけ医を持ちましょう。
- 同じ病気で複数の医療機関を受診する「はしご受診」は控えましょう。
- ジェネリック医薬品を活用しましょう。
- 健康診断を定期的を受け、病気の早期発見、早期治療を心がけましょう。

**問** 保険医療課☎2174

### 健康 一回メモ

#### やきゅうひじ 野球肘

「野球肘」と聞くと Yankees の田中選手や、エンゼルスの大谷翔平選手などプロ野球選手の肘のケガを思い浮かべる人もいられるかもしれませんが、でも実は小中学生などの成長期の子供にも起こる肘のケガです。ここでは子供に起こる「野球肘」の話をしてみたいと思います。

それはボールをたくさん投げることによって、成長期の柔らかい骨や靭帯に負担がかかり、肘の骨や軟骨が傷んだり、剥がれたりしてしまったり起こります。

症状は投球後に起こる肘の内側や外側、そして後ろ側の痛みです。最初はボールを投げた後に痛みを感じる程度ですが、症状が進行するとボールを投げなくても痛みを感じたり、肘が真っ直ぐに伸びなくなったりします。

診断は問診や触診、それにレントゲン、超音波、MRIなどを使って行います。レントゲン検査は両側の関節を比べ、骨の全体像を理解するのに役立ちま

すし、超音波検査やMRIではレントゲンで見えない骨や軟骨の異常がわかります。

治療は何より肘の安静です。ほとんどのケースはしばらく投球をやめて、安静にしているだけで良くなりますので本人の我慢だけでなく、周囲の理解や協力が欠かせません。野球をしたがるお子さんに投げるなどというのは辛いところですが、周囲の大人の皆さんはお子さんの将来のために運動を制限してください。それでも残念ながら進行してしまった場合には膝の軟骨の一部を肘の骨に移植する骨軟骨移植術が必要になってしまったりもします。

予防には日頃の管理が大切です。運動後に肘を冷やすこと、肘の内側と外側の筋肉、そして肩や、股関節、体幹のストレッチも欠かせません。また、肘に無理のかからない投球フォームの確認も重要です。

コロナウイルスで今まで運動を控えていたお子さんたちは、つつい無理をしてしまうかもしれません。大人の皆さんには時々肘の痛みや、肘の動きを確認し、異常があれば早めに整形外科を受診していただくようお願いいたします。

<提供：（一社）桶川北本伊奈地区医師会>

い～な！健康マイレージ対象事業

## 「いきいきロコモコール！講習会」参加者募集

～ロコモ体操でいつまでも歩ける足腰をつくろう！～

外出や運動する機会が減ることで、身の回りのことなど生活動作が行いにくくなったり、もともとある筋力が失われてしまいます。足腰が弱くなり、徐々に歩行機能が低下し、要介護や寝たきりが心配になる状態をロコモティブシンドローム（ロコモ）といいます。ロコモ予防に足腰を上手にきたえられる体操の講習会を開催します。

**内** 初回到ロコモセミナー、運動機能測定とロコモ体操（簡単な体操です）の指導を受け、3か月間自宅で体操を続けていただきます。3か月後に再び運動機能測定をして、頑張った効果を確認するプログラムです。

3か月の間、頑張るあなたをロコモコール（励ましの電話）でサポートします。

**日** 初回：9月2日(水)

3か月後：12月8日(火)

10時～12時、13時30分～15時30分

(午前午後どちらかの回を選択)

**場** 総合センター多目的ホール

**対** ・おおむね65歳以上で町内在住の方  
・初回と3か月後とも参加が可能で、その間、自宅でロコモ体操を継続する意欲のある方

**定** 各20名（先着順）

**費** 無料

**講** 石橋英明氏（伊奈病院整形外科）ほか

**申** 8月28日(金)までに福祉課窓口または電話で申込

**問** 福祉課内2124

**備考**

・当日は、簡単な体操ができる服装でお越しください。かかとの高い靴はお控えください。



## 「いきいき脳力教室」参加者募集！

～自分らしい生活を送るために～

最近、物忘れが気になりはじめた。人と話す機会が減った。外に出るのがおっくうになった。そんな経験はありませんか？

外に出て、会話を楽しみながら脳を活性化させ認知症を予防する教室を開講します。

簡単な読み書き計算などの教材を使用した1回30分の教室です。個人に合わせて計算や音読をテンポよく行います。楽しく脳を鍛えましょう。

**日** 8月27日～12月24日の各木曜日

① 9時30分～10時

② 10時30分～11時（全14回）

※9月17日、10月15日・22日、11月19日は除く

※初回は① 9時30分～10時30分② 10時45分～11時45分

**場** 総合センター2階研修室

**対** おおむね65歳以上の町内在住の方で、自分で来所できる方

※なるべくすべての回に参加できる方

**定** ①②各10名

**費** 無料

**申** 8月17日(月)までに福祉課窓口または電話で申込

### サポーター募集！

高齢者が交流するこの教室で、一緒に楽しみながらお手伝いしていただけるボランティアを募集します。（事前研修あり）

**日** 8月27日～12月24日の各木曜日9時～12時（全14回）

※9月17日、10月15日・22日、11月19日は除く

※事前研修を8月20日(木)9時～12時に行います。

**場** 総合センター2階研修室

**対** サポーター活動ができる元気な町民で高齢者の心身の健康増進に理解のある方、週に1回3時間程度サポーター活動が可能なお方

**定** 7名程度（先着順）

※ローテーションにより1回5名程度の参加となります。

**謝** 1回1,000円（事前研修は含みません）

**申** 8月17日(月)までに福祉課窓口または電話で申込

**問** 福祉課内2124

### 共通事項

- ・発熱やせき症状など体調の悪い場合は、出席をご遠慮ください。
- ・マスク着用と受付時の検温、手指の消毒にご協力をお願いします。
- ・新型コロナウイルス感染拡大防止のため、中止・延期となる場合があります。あらかじめご了承ください。