

# ＼地域活動を始めてみませんか／ 新郷東地域包括支援センター

地域包括支援センターでは、介護保険等に関する相談以外にも、  
安心して暮らせる地域づくりに取り組んでいます！

～地域の活動(お茶飲みサロンや体操等)～

## 憩いの場



笑顔でつながれる場を目的としたサロンで飲み物を飲みながらおしゃべりをしています。

活動日：第2・4水曜日13時30分

会場：峯町会会館

参加費：100円(ドリンク付き)



## 健康クラブ



介護保険を利用せず少しでも長生きが出来るをモットーとした教室です。体操、ヨガ、筋肉トレーニングなどをバランスよく取り入れています。

会場：前野宿町会会館

新郷公民館他



## 100歳体操



身体機能の維持・向上を目的とした集いの場として各地区でそれぞれの団体が活動しています。

会場：新堀町会会館(月3回)

榛松町会会館(月2回)

峯町会会館(月2回)



包括の地域づくりに協力いただける方を募集しています！

～これまでの活動例～

## オレンジCAFE



認知症の方やその家族にのんびり過ごせる場所として開催！

ボランティアには当日の受付やお話し相手等を行っていただきました。



## 高齢者体験講座



中学生に高齢者の理解を目的に開催！

ボランティアには当日のお手伝いを行っていただきました。

福祉用具や調剤薬局の方にも協力をいただきました！



## 介護者家族教室



家族支援を目的に開催！

ボランティアには当日の受付や会場の運営のお手伝い等を行っていただきました。

講師は事業所または企業の方にも協力をいただきました！



包括と共に地域を盛り上げてくださる

住民、事業所、企業を**大募集**しています！

上記取り組み等で協力したい、こんなことをお手伝いできる、こんなことが得意です！等  
ありましたら包括支援センターまでぜひご連絡ください。

一緒に新郷東地域を盛り上げていきましょう！

新郷東地域包括支援センター (電話) 048-229-2515