

本宮第二包括便り

本宮第二地域包括支援センターです



暑い日が続いておりますが、みなさん体調など崩されておられませんか？
水分補給とご飯をしっかり食べて、暑い夏を乗り切りましょう。

6月から新しい職員が入ったのでご紹介します。

こんにちは、本宮第二地域包括支援センターに入職いたしました、
社会福祉士の吉田智子（よしだともこ）です。地域の皆さまに
寄り添い、愛される職員を目指したいと思っております。
どうぞ宜しくお願いします。



にこにこカフェのご案内

本宮第二地域包括支援センターでは、8月から「にこにこカフェ」
を始めます。8月と9月は、「認知症すごろく」を行います。体や頭
を働かせて、ゲーム感覚で楽しみながら学べるすごろくを一緒にや
ってみませんか？



お茶菓子も準備して
お待ちしております



◆8月29日(金) 荒井公民館

10:00～12:00

無料です

◆9月26日(金) 岩根公民館

10:00～12:00



～今後の日程～

荒井公民館

8/29 (金)

10/28 (火)

12/26 (金)

2/27 (金)

岩根公民館

9/26 (金)

11/28 (金)

「にこにこカフェ」は、移動型のゆるやかな
集いの場です。
地域をまたいでのご参加也大歓迎です♪

「地域のお宝」 紹介

地域で元気に楽しく活動されている団体さんなどを「地域のお宝」として、本宮第二包括便りで紹介させていただくこととしました♪

今回はいきいき百歳体操を行っている団体をご紹介します。第二中学校区内では、「五百川第2 ふれあいサロン」さん、「荒井福寿会」さん、「ふれあい柵形サロン」さんの、3つの自主活動団体が和気あいあいと楽しく活動しております。いきいき百歳体操はゆっくり体を動かすことで、日常に使う筋力をつける体操です。

荒井福寿会



五百川第2
ふれあいサロン



ふれあい柵形サロン



シニア世代の健幸企画「出前講座」のご案内

本宮第二地域包括支援センターでは、下記の内容で出前講座を行っております。申し込みがあれば、こちらからお伺いさせていただきますので、ぜひ、ご連絡ください。

(講座内容の例)

・介護保険って何？	・最期について話そう！
・脱水症・熱中症について	・楽しい脳トレ体操
・脳の健康度チェック	・「認知症」って何？
・体力測定、運動支援	・食べる事を考えよう！



※上記以外の講座のご要望も承りますので、お気軽にご相談ください。

申し込み先

本宮第二地域包括支援センター



0243-34-3344