



介護つうしん

第10号

新冠町地域包括支援センター
高橋・村口・柳澤・西尾

12月のカフェのお知らせ

えましあ茶Ron

お正月飾りづくり

※実施内容が変更となる場合もございます。ご了承ください。

日時:令和6年 12月16日(月)13:30~15:30

対象者:どなたでも参加可(申し込み必要) 定員:15名

参加費:100円※茶話会あり。

えま茶に参加しませんか?

地域の皆さんと交流できる環境を提供しています。どなたでも気軽にご参加ください。



申込期間...11月26日(火)から 定員になり次第終了

申込先・開催場所 サポートセンター「えましあ」(字本町65-17)

TEL:47-2299 ※申込みは9:00~17:00の間をお願いします。

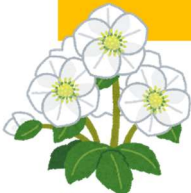
ケアラボ[®] カフェ

気づいたら...今日も家から出ていない(+_+)

明日の予定もない...

最近、なんだかやる気がない...

そうだ! ケアラボ カフェに行ってみよう!!!



にいかっぷファクトリーde“社会貢献”

~つまみ細工のコサージュづくり~



日時:令和6年 12月19日(木)10:00~12:00

定員:10名(どなたでも参加可) ※申込み必要 参加費:300円

場所:合同会社careLab(字北星町8-51)

TEL:49-0678/080-8280-9152

Lab

Limited Liability Company care.Lab

※申し込みは11/22~12/12、10:00~16:00の間でご連絡ください!

※送迎を希望の方はご相談ください。



オレンジ カフェ



オレンジカフェでお話しませんか？
地域の皆さん誰もが参加でき、和やかに集う
事のできるオレンジカフェを開催します。

マンドリン演奏会と茶話会

日時:令和6年 12月11日(水)13:30~15:00

参加費(お茶代込):町内の方:300円 町外の方:650円



申込先・開催場所: 就労支援事業所 B型 cafe ゆるり
字朝日 268-3 (TEL:47-3762)

※申し込みは電話でお願いいたします。

送迎も対応いたします。ご希望の方はお問合せください。

※それぞれのカフェについて、感染症の流行等により開催を中止させていただく
場合がございます。ご了承ください

新冠町地域包括支援センターからのお知らせ

ふれあい夕食事業(配食サービス)

【対象者】

在宅生活している単身高齢者・高齢夫婦世帯、障害のある方等で身体的・
精神的な事情により調理が困難な方。

【**配食の種類**】 ※全てご飯・汁物つきで、夕食のみの配達です。

普通食(レストラン樹林) 利用料:410円/食

高齢者の好みに合わせた配食です。

減塩食(コープさっぽろ) 利用料:420円/食

塩分・カロリーが調整された配食です。

量控えめ食(コープさっぽろ) 利用料:360円/食

小食の方向けの量控えめの配食で、塩分も控えめです。

ふれあい夕食に関するお問い合わせは下記までお願いします。

保健福祉課 保健福祉グループ 介護予防係 (担当:柳澤・西尾)

あんしん座談会

冬の運動不足予防！

体ほぐしストレッチと軽運動 その①

冬は寒さによって活動量が減りやすい時期ですが、冬は夏よりも「基礎代謝」が上がりやすく、筋力の向上や冷えの解消には、冬の運動が良いとされています。冬に運動を行うときには、筋肉や関節のケガを防ぐため、ストレッチをしっかりと行うことが大切です！

今回の座談会は、自宅で行えるストレッチ方法について教えていただきます。ぜひ、ご参加ください！！

日 時：令和6年12月20日(金)

10時30分～(1時間程度)

場 所：新冠町役場 201会議室

講 師：スポーツセンター職員

対 象：どなたでも参加できます

持ち物：飲み物

※動きやすい服装でお越しください。

参加費：無 料

申し込み先：保健福祉課介護予防係(柳澤・西尾)

電話：47-2113

「にいかっぷ健康ポイントカード」対象事業です♪



にいかっぷ健康ポイントカードのお問い合わせ
⇒新冠町役場 保健福祉課
健康推進係 **47-2113**まで

せいねんこうけんせいど

成年後見制度について

～判断能力が不十分な方やその家族の困りごとに対応します～

このような困りごとや疑問はありませんか？

財産管理について

- 将来認知症になったらお金の管理が心配
- 自分で金銭管理することが難しくなった

子の障がいについて

- 自分にもしもの時があったら親亡き後が心配

自分の今後について

- 身寄りがないので、施設に入ることになったら契約はどうしたらいい？
- いざとなった時に身の回りのことが心配



せいねんこうけんせいど

成年後見制度とは

認知症や、障がいなどの理由で判断能力が不十分な方に対し、家庭裁判所が選任した「成年後見人等」が財産を管理したり、福祉サービスの契約などを行うことで生活をサポートする制度です。

※成年後見制度申し立て費用の目安

申請時に手数料等で1万円程度。精神鑑定が必要な場合は別途5万円程度かかります。
詳しくはお問い合わせください。

〈お気軽にお問い合わせください〉

新冠町地域包括支援センター
(担当) 高橋・村口
TEL: 0146-47-2113