

令和4年11月25日発行



# 介護つうしん

新冠町地域包括支援センター  
高橋・柳澤・仙波  
第10号

## 12月の えましあ茶Ron お正月飾り作り



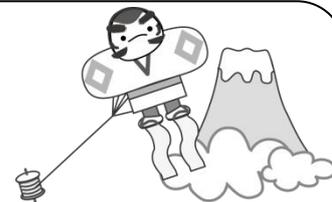
今年も残すところあと少しとなりました。  
12月のえま茶ではお正月のかざり作りをします。  
茶話会も予定しています。

**日にち**：12月19日（月）

**時間**：13：30～15：40

**対象者**：どなたでも参加できます！

**定員**：10名 **参加費**：100円



**申込期間**・・・11月29日（火）～12月15日（木）まで

状況により開催中止の場合がありますので、ご理解の程お願いいたします。

**申込み先** 申し込みのお電話は **9:00～17:00** にお願ひします。

サポートセンター「えましあ」**47-2299** 担当 土田

## あんしん座談会



運動不足になりがちな季節です。自宅で簡単できる運動を勉強しましょう

**日時**：12月15日（木） 10：30～（30分程度）

**内容**：筋力トレーニング **講師**：社会教育課 西條

**場所**：役場 正面玄関ホール

※お申し込みの上ご参加ください。（申込期限 12月12日）

**申込み先** 保健福祉課介護予防係 47-2113 仙波・柳澤



## オレンジ カフェ



一緒にお話しませんか？  
地域の皆さん誰もが参加でき、和やかに集うことのできるオレンジカフェを開催します。

# 体がよろこぶ～足元から健康に♪

講師：足もみ治療 ハナキリン 早坂 直輝 氏

簡単なストレッチを交えての楽しいお話です♪

動きやすい服装でご参加下さい。

令和4年12月14日(水)

13:30～15:00

参加費 300円(お茶代含む)



## 就労支援事業所 B 型 café ゆるり

※送迎も対応いたします。下記の電話番号へお問合せください。

〒059-2414 新冠町字朝日 268-3 Tel:47-3762

# 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!!!

## 出張スマホ教室 ～基本操作編～

スマートフォンは持っているけど使いこなせていない、持ちたいけど難しそうだからためらっている。そんな方はぜひご参加ください。スマホの基本操作を勉強しましょう。他には、茶話会を予定しています！



日付：令和4年12月20日(火)

定員：10名

時間：10:00～12:00

参加費：300円

場所：合同会社care Lab (北星町8-51)

対象：どなたでも可

※申し込みは 11/28～12/14 まで、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

※感染対策は講じていますが、状況により中止することがあります

## 申し込み・お問い合わせ

ケアラボ  
care Lab 080-8280-9152 / 49-0678

