



地域包括支援センターをご存じですか。

地域包括支援センターとは地域で暮らす高齢の皆さんを介護、健康、福祉、医療などさまざまな面から総合的に支えるために設けられた専門機関です。

地域の集会所で介護予防教室を行ったり、介護予防の輪を広げるボランティアさんを養成する講座を開催しております。また地域の皆さんが自主的に集まり介護予防に取り組む「集いの場」の支援もしております。

一人暮らしで話す相手がいない、一人ではなかなか運動を続けることができない、そういった方も集いの場へご参加いただくことで、仲間づくりができます。住み慣れた地域で健やかに暮らし続けていくために介護予防に取り組んでみませんか？

ご興味のある方は松阪市第一地域包括支援センターまでご連絡ください。

松阪市第一地域包括支援センター

☎ 0598-25-1070(平日9時～17時半)



街角の 芸術品

牛銀の魚町店の通りに
倉庫があります。

その表の入り口に、



とても可愛くて、
ファンタジックなふ
くろうと龍に乗った
腕白小僧の彫刻があ
りました。散歩のと
きなどに探してみ
てはいかが。(KENJI)

編集後記

幸小を卒業し52年、娘と
息子も幸小。広報委員にな
り、よりよく育ち老いるた
めのまちづくり活動と気
づきました。(S.Y)

「第13回 幸てくてく
100人ウォーキング」を
10月5日に行う予定で
す。 地域づくり部会



裏面もご覧
ください



☆お知らせ☆

*広報委員会
8月7日(木)

9:00

*文化部会
8月28日(木)

13:30



先月の本紙の番号が159号となっておりましたが、正しくは158号でした。お詫びして訂正させていただきます。



松阪市湊町

189-1

杏ビル1F

0598

67-7838

9/7 健康フェスティバル参加します クラギ文化ホール

看護やリハビリが住み慣れたお家で
受けられます！ **生活に合わせたリハビリ**

**メディケア・リハビリ
訪問看護ステーション松阪**

松阪市新町810-1 3F ☎ 30-5070

さあ始めよう

イキイキ
楽しく学ぶ

認知症予防



「いつまでも元気でいたい!」「いつまでも若々しくありたい!」「ずっと歩けるといいなあー」……と、誰もが願っておりますが、私たちは、そうあるために、何にどう気をつけていったらいいのでしょうか。

この度「イキイキ楽しく学ぶ 認知症予防」と、題しまして学習会を計画いたしました。

ぜひ、ご参加ください。そして、これからの生活に生かしていきましょう。

- 実施日 令和7年 8月 24日(日)
- 会場 幸公民館 2階 会議室
- 受付時間 9:00 ~ 9:30 (2階 会議室 入り口で受付)
- 学習会 9:30 ~ 11:40
 - 講話 「イキイキ楽しく学ぶ 認知症予防」 市役所高齢者支援課職員(保健師)
 - ライブ 津 軽 三 味 線 サ ー ク ル ソ ラ
- 募集人数 先着 30人(定員になりしだい締切ますので、お早目にお申込みください)
- 参加料 一人 100円(当日不参加の場合でも参加料は返金いたしませんので、ご了承ください)
- 申し込み 幸公民館窓口へ参加料を添えて、お申し込みください
- 募集期間 8月4日(月)~8月14日(木)
- 当日は
 - ・駐車場が少ないので、公民館にはなるべく徒歩でお越しください。
 - ・水分補給の飲み物は、各自でご持参ください。
 - ・公民館入り口で、手指の消毒をお願いします。
 - ・マスク着用については、各自の判断をお願いします。

主 催 幸まちづくり協議会 地域づくり部会 (幸公民館 Tel 23-9549)

キ リ ト リ

学習会(イキイキ楽しく学ぶ 認知症予防) 申し込み

ふりがな 名 前	性別 (歳)	性別 (歳)
住 所		
電話番号		