地域包括支援センターだより

所在地:長万部町役場内 電話:2-2016 FAX:2-2931 相談時間 8:30~17:15(+日祝、年末年始を除く)

~脳の健康教室のお知らせ~

デイサービスセンターで脳の健康教室を開催しています。教室では学 習教材を使った「脳トレ」、DVDを見ながらの「体操」、参加者同士で お茶を飲みながらの「サロン」を行っており、誰でも楽しく参加できる プログラムにしています。



仲間と楽しく交流しながら、一緒に頭と体の健康維持をしませんか?

○日 時:毎週水曜日(月1回お休み)

午前9時30分~11時30分(予定)

○場 所:長万部町デイサービスセンター

○対象者:おおむね65歳以上の町民

◎参加料:月額 1.000円(毎月会場にてお支払いください)

○持ち物: 上靴(運動しやすい靴)、汗ふきタオル

○内 容:脳活性を図る簡単な学習、

足腰をゆっくり鍛える体操など





●会場まで遠くて通えない方は、事前にご相談ください

※定員は18名程度です。お申し込みは、下記まで電話または来所にてお願いいたします。 ご友人・知人等をお誘いのうえ、是非一度ご参加ください!!

【申込・お問い合わせ先】長万部町デイサービスセンター(☎2-4500) 担当:村上・七尾

わたしとまちの第二

所在地 長万部町社会福祉協議会

話 6-7711

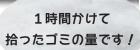
間 8:30~17:15(土日祝、年末年始を除く)





ゴミは各自で







~4月23日(火) ここたまメンバー~

清掃活動 開始しました!

雪も解け町のあちらこちらでゴミが目立つようにな り駅から小学校までの線路付近駐車場のゴミ拾いを行 いました。毎回多いタバコの吸い殻やペットボトルの 他コンビニ弁当のラップなど分別してみるとゴミの種 類が様々でした。ゴミ拾いを終えた後は綺麗になった 駐車場を見てとても清々しい気持ちになります。現在 は不定期で行っているゴミ拾いですが、参加したい方 がいましたら生活支援コーディネーターまでご連絡く ださい。