

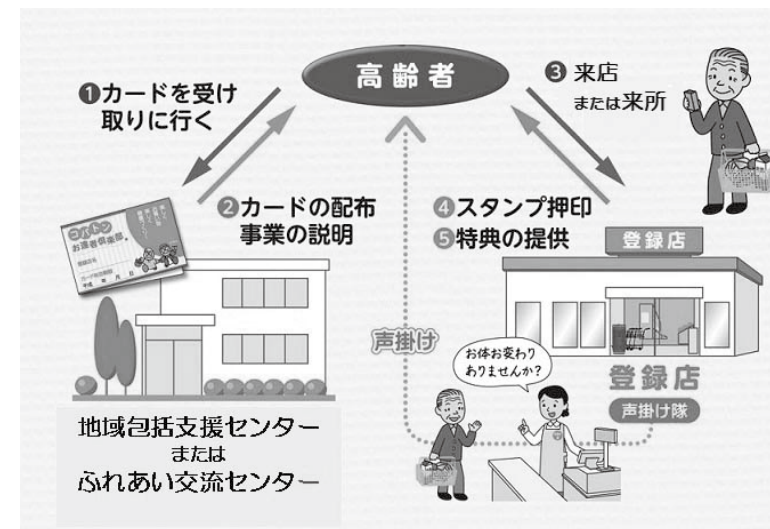
目標のお店を1か所決めて、週1回くらいのお出かけ。楽しくお買い物してお店で押してもらったスタンプが10個貯まったら、ちょっとしたプレゼントもあります。定期的な外出という気軽な健康づくり・介護予防に、ぜひご参加ください。

【対象】 65歳以上の方
【参加方法】



【登録店】

- ・スタンプカードと一緒に登録店の一覧表をお渡しします。
- ・入口に特典内容の記載されたステッカーやポスターが掲示されています。
- ・最新の情報は埼玉県高齢介護課ホームページでご案内しています。



町内の登録店

登録店	特典
ウエルシア嵐山店	ウェットティッシュあるいは栄養ドリンク (いずれか 300円相当)
島本薬局	季節の粗品プレゼント
カフェ・パステル	オリジナルグッズ(メモ帳等)プレゼント
埼玉県立嵐山史跡の博物館	クリアファイル
カフェ・ギャラリー フレンズ (NPO法人夢、フレンズ)	コーヒーアイス(ホット)のいずれかをサービス
ドラッグストア セキ 武蔵嵐山店	粗品プレゼント
地域包括支援センター	★ 地域商品券
生き生きふれあいプラザなごみ	★ 地域商品券
生き生きふれあいプラザやすらぎ	★ 地域商品券
健康増進センター	★ 地域商品券

※★印がついている施設は共通のスタンプカードを利用できます。

嵐山町コバトンお達者倶楽部事業

町では、新たに登録店として、嵐山町地域包括支援センター、生き生きふれあいプラザなごみ、生き生きふれあいプラザやすらぎ、健康増進センターを登録しました。これを機会にぜひともご参加ください。

特典との交換 (地域包括支援センター・なごみ・やすらぎ・健康増進センターの場合)

スタンプが10個貯まったら、スタンプカード裏面に住所・氏名・性別・年齢を記入し、身分証明書(健康保険証等)を持って、嵐山町地域包括支援センターまでお越しください。スタンプカードと引き換えに町内の取扱店で利用できる地域商品券を1枚さしあげます。

登録店募集中!!

町内の店舗・企業の皆さまへ
・随時、登録店を募集しています。

問合せ 地域包括支援センター
☎ 62-0718 ☎ 62-0710

こちら
地域包括
支援センターです

地域包括支援センターは
シニアの皆さんの
総合相談窓口です



問合せ ☎ 62-0718

元気度チェック表を
ご返送いただけましたか?

5月中旬に、介護認定を受けておらず、かつ在宅でお過ごしの方の65歳以上の方に元気度チェック表をお送りしました。

6月2日(月)を締切としておりますが、まだチェック表がお手元にある方は、お早めに同封の返信用封筒でご返送ください。

ご返送いただいた方へは、運動機能や栄養機能等の項目毎にちょっとしたアドバイスが記入された結果アドバイス表を返送いたします。年齢とともに心も体も少しずつ変化していきます。いくつになっても自分らしく、生き生きと暮らしていくことを目指して、「元気度チェック表」から自身の生活点検をしてみましょ。

昨年度の元気度チェック表の集計結果

未返信者訪問結果も合計しました。

※全体回答率
送付数4065通 回答者数3307名
回答率81・4%

二次予防事業対象者は775人で回答者中割合は23・4%であり内訳は、生活機能該当者174人(同5・3%)、運動機能該当者463人(同14・0%)、栄養状態該当者39人(同1・2%)、口腔機能該当者454人(同13・7%)でした。

★結果アドバイス表は、6月下旬頃の発送予定です。

アドバイス表で個人におすすめの教室をご案内しております。ご確認いただき、ぜひ該当の教室にご参加ください。心配ないとの結果であった方も、健康状態維持・向上のため、一次予防教室「シニアいきいきなごみ講座」にご参加ください。

○日程

後期 11月～3月
時間 10時～12時
曜日 月2回木曜日

場所 生き生きふれあいプラザなごみ

姿勢や歩き方など、基本的なところから、少しずつ身体を動かしていく教室です。運動不足になりがちな方、これから運動を始めようと考えている方、楽しみながら、一緒に体を動かしましょう。



※元気はつらつ口腔教室の様子



※シニアいきいきなごみ講座の様子