

成年後見制度に係る中核機関を 設置しました

4月1日より、成年後見制度の利用を必要とする本人やご家族からの相談に応じる「中核機関」を長寿生きがい課内に設置しました。認知症になっても安心して暮らせるよう地域で支え合うネットワークづくりに取り組みます。
「お金の管理ができなくなってきた」「どのような手続きが必要なのか」など心配なこと、困ったことを気軽に相談してください。

こちら 嵐山町役場 長寿生きがい課内

地域包括 支援センターです

シニアの皆さんの
総合相談窓口!



問合せ Tel0493-62-0718

集いに
参加する

認知症の人と家族の会「介護者のつどい」

ひとりで悩まないで ひとりじゃないから
ご家族を介護されている方々が集まり、日々の介護の悩みを話し合しましょう。
参加希望の方は事前の申し込みをお願いします。

日時 6月17日(土) 13時30分～15時30分
場所 嵐山町ふれあい交流センター 多目的室103・104(1階)
費用 無料(飲み物は各自ご用意ください)

申込み・問合せ
<認知症の人と家族の会事務局>
Tel 048-814-1210(月～金10時～15時)
fax 048-814-1211(FAXは随時受付)
<地域包括支援センター>
Tel 0493-62-0718

「オレンジカフェ」掲示板

●嵐カフェ ウエルシア Tel0493-62-0718
日時：5月9日(火) 10時～12時
場所：ウエルシア嵐山東口店内
参加費：100円
問合せ：嵐山町地域包括支援センター

●プチカフェ Tel0493-62-2552
日時：5月17日(水) 13時30分～15時30分
場所：プチモンド本社(菅谷140-5)
参加費：200円
問合せ：一般社団法人プチモンド ※送迎もあります
※感染症拡大状況により、開催を見合わせることもあります。

事前告知

●美容で健康サロン●
嵐カフェ ウエルシアにて下記講座を予定しています。
申込みは該当月の広報をご確認ください。

開催日	午前の部	午後の部	定員	内容
6月13日(火)	10時30分	13時30分	各回 6名	スッキリさわ やか頭皮ケア
7月11日(火)	11時30分	14時30分		ハンドケア & ネイル
10月10日(火)				簡単スキンケア & メイク

コミュニティサロン 「むさし嵐丸庵」

開所日：月4回
第1金曜日、第2木曜日、
第3水曜日、第4月曜日

日時：5月11日、17日、22日
※5月5日は祝日のため休みです
13時～15時

場所：志賀6-19
利用料：100円
問合せ先：嵐山町社会福祉協議会
Tel 0493-62-0722



今月より、むさし嵐丸庵の開所日は、広報裏表紙のカレンダーに掲載しています。


らんらん健康教室 に参加しませんか

町では、『歩く(有酸素運動)』『鍛える(筋力トレーニング)』『食べる(バランスの良い食事)』をポイントとした健康づくりを推奨しています。身体のバランスを整えるストレッチやご自身の体調に合わせたご自宅でも簡単にできる運動を行います。日頃の健康づくりにワンポイント加えてみませんか？
コバトン健康マイレージ『らんらんポイント』も付与します。(教室参加1回につき1ポイント)

※例年秋から冬に「身体づくりコース」と「リズムコース」に分けて実施していた教室です。今年度は身体づくりコースの内容のみになります。

定員 20名(先着順)
対象者 18歳～おおむね75歳未満の町内在住の方
※高血圧症など持病のある方は医師と相談のうえお申し込みください。
申込み 5月15日(月)～19日(金) ※昨年度参加者は5月16日(火)～

講師紹介 =運動教室=
健康運動指導士 遠藤良江氏



楽しく、無理せず、競争せず、いつでもどこでも簡単にできる体操です。毎日の生活の中に取り入れ、健康寿命を延ばしましょう。

会場：役場町民ホール
時間：10時～11時30分

月日	内容	講師
6月9日(金)	運動教室	健康運動指導士
6月23日(金)		
7月7日(金)	栄養・食事教室	管理栄養士
7月28日(金)	運動教室	健康運動指導士
8月25日(金)		
9月8日(金)	歯科教室	歯科衛生士
9月29日(金)	運動教室	健康運動指導士

講師紹介 =歯科・口腔教室=
歯科衛生士 武政さおり氏

歯周病はお口の中だけでなく、全身にも影響を及ぼします。歯周病予防のための正しいお手入れや、口腔機能を向上させる体操を紹介します。楽しいゲームなどで口腔機能向上をめざし、いつまでもおいしく食べて楽しく暮らしましょう。

講師紹介 =栄養・食事教室=
管理栄養士 角田津英子氏

「人生100年時代」という言葉を最近よく聞きますね。健康な人生を楽しく生活するためには、食事はとても大切です。栄養バランスを考えていきましょう。

『8020よい歯のコンクール』 参加者募集

7月2日(日)、比企郡市歯科医師会主催「8020よい歯のコンクール」が東松山保健センターにて開催されます。4年ぶりに開催のこのコンクールは、80歳になっても自分の歯を20本以上保ち、健やかな生活を楽しもうという『8020運動』の推進を目的に実施するものです。80歳以上で20本以上歯があり、身体の健康に自信のある方は奮ってご応募ください。

応募資格 80歳以上で自分の歯が20本以上あり、健康で7月2日(日)の10時から12時に、東松山市保健センターにお越しいただける方。(※応募者には追って受付時間をお知らせいたします)
応募先 6月14日(水)までに嵐山町健康いきいき課までご応募ください。

献血にご協力ください

感染症対策を行い、安全な献血会場の運営に取り組んでいます。皆さまのご協力をお願いします。
日時 5月23日(火)10時～11時45分、13時～16時 場所 役場町民ホール