

新しくなった

「らんらんフィット」第2弾が始まります

楽しめる内容をご用意しています。
お申し込みは「武蔵嵐山病院（☎81-6872）」です。
ご注意ください。



★らんらんフィットとは
元気な身体づくりを目的とした教室です。
武蔵嵐山病院の理学療法士、作業療法士、言語聴覚士のリハビリテーション専門職が皆さんの健康づくりをサポートします。

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 ☎62-0718

らんらんフィット スケジュール

月 日	内 容	講 師
1月9日(木)	オリエンテーション 体力測定・嵐丸くん体操	理学療法士
16日(木)	運動(ロコモティブシンドローム)	
23日(木)	運動と栄養	言語聴覚士
30日(木)	飲み込み	
2月6日(木)	運動(サルコペニア他)	理学療法士
13日(木)	認知症予防	作業療法士
20日(木)	運動(コグニサイズ)	理学療法士
27日(木)	脳トレ	作業療法士
3月5日(木)	誤嚥性肺炎と口腔ケア	言語聴覚士
12日(木)	運動(いきいき百歳体操)	理学療法士
19日(木)	体力測定	
26日(木)	修了式	



いきいき生活に関する楽しいお話もあります！

日時 毎週木曜日（13時30分集合）
14時～16時
期間 令和2年1月～3月（全12回）
場所 社会福祉協議会（1・2月）
ふれあい交流センター（3月）
対象 次の3つの要件を満たす方
① おおむね65歳以上の方
② 身の回りのことがご自身で行える方（介護度は不問）
③ 初めて当教室に参加される方または、前回の参加から1年以上経過されている方
定員 15名（先着順）
費用 無料
服装 動きやすい服（ズボン）
運動靴（室内用）
持ち物 タオル2枚、飲み物、ヨガマットまたはバスタオル2枚
申込期限 12月27日（金）
申込み・問合せ 武蔵嵐山病院 地域リハケアステーション ☎81-6872



「嵐カフェ」掲示板

「嵐カフェ」ウェルシア
日時 11月12日(火) 10時～12時
ミニ講座 10時30分
「認知症と薬」
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
☎62-0718
「フチカフェ」
日時 11月20日(水) 13時30分～15時30分
場所 ふれあい交流センター
参加費 200円
問合せ 一般社団法人プチモンド
☎81-5446

「埼玉県虐待通報ダイヤル #7171」

県では、「埼玉県虐待通報ダイヤル #7171」を開設しています。虐待の早期発見や早期対応につなげていきます。
《#7171の概要》
○ダイヤル番号：#7171
（右の番号で繋がらない場合、☎048-762-7533）
○児童・高齢者・障害者虐待を一元的に対応（全国初）
○24時間、365日受付・対応
※連絡者や連絡内容に関する秘密は守られます

埼玉で出逢ったおもてなし
イベントを募集します

1月1日～11月30日の間に、埼玉を旅して出逢った、おもてなしや心温まる出逢い、すてきなエピソードなどの感動体験エピソードを募集します。
募集期間 11月30日(土)まで
応募資格 1月1日～11月30日の間に、県内で観光を楽しめた方
応募内容 300文字以内の文章（タイトル除く）にまとめ、いつ、どこで、誰に、何に、どのような等の内容を記載してください。
※応募方法など詳細は「おもてなし力向上実行委員会」のホームページをご覧ください。
問合せ 県観光課
☎048-830-3955

「東松山特別支援学校 40周年記念PTAまつり」を開催します

日時 12月7日(土) 11時～13時
場所 本校体育館
内容 本校体育館、模擬店など
※福祉作業所のお店も参加
問合せ 東松山特別支援学校 渉外部
☎24-2611
「彩の国さいたま 動物愛護フェスティバル2019」を開催します
日時 11月14日(木) 10時～15時
場所 埼玉県動物指導センター1（熊谷市）
内容 動物とのふれあい、ふれあい譲渡館見学、獣医さん体験、折り紙・お絵かきコーナーなど
費用 無料
問合せ 県動物指導センター 河原
☎048-536-2465
11月は「労働保険適用促進強化期間」です
労働保険は労災保険と雇用保険の総称で、政府が管理運営している強制加入の保険制度です。
労働者が業務上負傷した場合や失業した場合等に必要な保険

給付を行っています。

まだ加入されていない事業主の方は、速やかに加入手続きを行うようお願いいたします。
問合せ 埼玉労働局労働保険徴収課
☎048-600-6203
「介護職チャレンジ」説明会を開催します(埼玉県委託事業)
「埼玉県介護職員雇用推進事業」
埼玉県では、介護職未経験・無資格の方を対象に、介護職員初任者研修の無料受講から県内介護施設での研修・直接雇用まで、幅広く支援をしています。
介護のお仕事に興味のある方は、ぜひ説明会へご参加ください。
日時 12月5日(木) 13時30分
場所 ふれあい交流センター101
定員 10名(費用無料)
持ち物 筆記用具(面接希望者は履歴書、健康保険証をご持参ください)
申込方法 12月4日(水)までに、電話または当社ホームページよりお申し込みください
申込み・問合せ (株)シグマスタッフ(受託事業者)
☎048-782-5173



こんにちはPieaceです！
ボウリングオフ会をしました。くりチームともチームに分かれて対決！とてもいい勝負でした☆対決後には仲良く卓球もし、とても楽しかったです!!
Pieaceは嵐山まつりに出演させていただきます！遊びに来てください！みなさん応援よろしくお願いします！
Pieaceプロジェクト



新井塾ホームページ リニューアル 広告

中学校でも輝こう！

テスト・受験対策も万全

無料体験随時 お電話またはホームページから受付

TEL 0493-62-8101 **新井塾** で検索

小学5年生～中学生 新井塾(学習塾) 嵐山町菅谷195-2

広告

薬用土の **炭ホットストーン** マッサージ

温かくて 気持ち良い

ネット予約はホットペッパービューティー Beauty

おおむらさき整体院 完全予約制・当日予約可能

埼玉県比企郡滑川町月輪982-1(駐車場有り) TEL.0493-62-5265

定休日 毎週木曜日 第2・4水曜日 営業時間 午前9時～午後8時(最終受付午後7時)