



＜愛の声かけ運動の輪を広げよう＞

「早寝 早起き 朝ごはん」

第50回町民健康マラソン 開催中止について

例年9月最終日曜日に開催しております「町民健康マラソン」ですが、今般の新型コロナウイルス感染症は再度緊急事態宣言が発令される状況であり、いまだに終息の見通しがついていないことから、協会役員及び協会加盟団体と協議検討をした結果、9月26日(日)に開催を予定しておりました、「第50回町民健康マラソン」は中止することといたしました。

ご参加を楽しみにされていた皆さまには大変申し訳ございませんが、ご理解をいただけますようお願いいたします。

【お問い合わせ先】

小清水町スポーツ協会事務局

農業者トレーニングセンター内

事務局長 藤井 則之 ☎62-2558 (直通)

《主催：小清水町スポーツ協会／後援：小清水町教育委員会》



第56回町民文化祭 開催中止のお知らせ

第56回町民文化祭実行委員会におきまして各部門の開催の可否について協議していただいた結果、全道に感染の拡大が見られる新型コロナウイルス感染症の影響を踏まえ、参加者及び来場者の安全等を考慮し、第56回町民文化祭を中止することを決定いたしましたのでお知らせいたします。

町民文化祭へのご来場、ご参加を予定されていた皆さまには何卒ご理解いただけますようお願いいたします。



主催／第56回町民文化祭実行委員会

協賛／小清水町文化協会 後援／小清水町教育委員会

【お問い合わせ先】

第56回町民文化祭実行委員会事務局

小清水町教育委員会生涯学習課社会教育係 ☎62-2310

認知症の理解と予防についての講演会

認知症の予防には、発症を遅らせる「一次予防」、発症後も進行を遅らせる「二次予防」、進行した後も合併症を防いだり日常生活が維持できる「三次予防」があります。認知機能の部分的な不具合(MCI)をできるだけ早く見つけて、ゆるやかな運動を継続し、積極的に人と交わり、血糖値や血圧を正常にすることで、「一次予防」の効果があるといわれています。認知症を正しく理解して、「一次予防」に加えて認知症の本人本位の「二次予防」「三次予防」を実現しましょう。

9月30日(木)

13:30~15:30

小清水町多目的研修集会施設

(愛ホール)

多目的ホール

参加無料



講演者 相内 俊一氏

小樽商科大学特認名誉教授
NPOソーシャルビジネス推進センター理事長

NPOソーシャルビジネス推進センターはコープさっぽろと北翔大学の協力で作られました。地域まるごと元気アッププログラム「まる元」運動教室を全道で開催中です。この「まる元」は年間48回開催する高齢者向けの運動教室で、全道で1500名の方々が笑いあふれる中で脳トレと身体によい運動に毎週参加しています。



Point!

脳トレクイズと脳トレ体操紹介が一冊になった小冊子を会場でプレゼント!

Point!

健康運動指導士(「まる元」の先生です)による介護予防・認知症予防体操を体験しましょう。

Point!

あたまの元気度を測ってみませんか?
認知機能測定会(タブレットパソコン使用)も体験できます。

Point!

介護・健康相談も同時開催!
小清水町保健師や介護支援専門員がご相談に乗ります。ご本人やご家族のことなど安心してご相談ください。

申し込み先 小清水町地域包括支援センター 電話 62-4473

申込締切 9月24日(金)

主催 生活協同組合コープさっぽろ / 共催 小清水町・NPOソーシャルビジネス推進センター
日本コープ共済連合会



* 感染症対策のため、先着30名程度とさせていただきます。

～認知症啓発月間～ 認知症の本のコーナーの設置

毎年9月は「世界アルツハイマー月間」、9月21日は「世界アルツハイマーデー」です。

この度、町立小清水図書館では「世界アルツハイマー月間」にあわせ、認知症や介護について書かれた本や認知症啓発パネル等を設置します。

認知症予防や支え合い体制づくりに向けた第一歩として、認知症や介護について書かれた本や資料に触れてみませんか。

【設置期間】令和3年9月1日(水)～9月29日(水)

【設置場所】町立小清水図書館

【共催】町立小清水図書館・小清水町

【問合せ先】地域包括支援センター総合相談係

☎62-4473

2021年度 世界アルツハイマー月間・デー 標語



この街で 笑顔で生きる 認知症

