

健康寿命をのばそう！

渋川地区

いきいきフェスタ

2024

2024年

日時

6月30日 日

9:00~12:00

(受付終了 11:30)

場所

渋川ほっとプラザ
(渋川市社会福祉センター)

渋川市渋川1760-1

入場無料

開催予定のイベント (詳しくは裏面をご覧ください)

地域の専門職が相談にのります

- ・薬や健康の相談
- ・在宅療養相談、栄養相談ほか



こどもも楽しめる

- ・わたあめプレゼント
- ・こども調剤体験
薬のかわりにお菓子を袋詰め！
- ・ぐんまたべもの釣りゲーム



健康チェック

- ・血管年齢
- ・骨密度
- ・血圧
- ・歩行速度
- ・噛む力
- ・耳の聞こえ度
- など



体を動かして健康維持！

- ・腰痛解消！腰痛体操
- ・介護予防体操



駐車場について

建物の北側に駐車場があります。
満車の場合は、渋川市役所本庁舎の駐車場をご利用ください。徒歩5分程度です。

お問い合わせは

渋川地区いきいきフェスタ実行委員会 事務局
渋川地区在宅医療介護連携支援センター

〒377-0008 渋川市渋川1760-1-2F TEL 0279-26-3990 FAX 0279-26-3903

✉ shibu-renkei@mail.gunma.med.or.jp

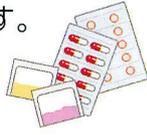


渋川地区在宅医療介護連携支援センター

検索

こども調剤体験・薬の相談

お菓子を使ってお薬づくり！
薬剤師になってみよう。
お薬相談もできます。



渋川地区薬剤師会

「きこえ」チェック

耳のきこえ具合はいかがですか。
早めの対策は認知症予防の一つ



渋川地区医師会

お口の元気度チェック

かむ力、しゃべる力、
お口の元気度チェックします

- ・渋川北群馬歯科医師会
- ・県歯科衛生士会北毛支部渋川地区
- ・リハネット渋川 言語聴覚士

健康チェック



「血管の老いは病気のもと??」
血管年齢測定など各種測定。
健康・在宅療養の相談できます

- ・渋川地区訪問看護事業所連絡会
- ・群馬県看護協会渋川地区支部

フレイルチェック

足腰弱っていませんか？
基本的な体力測定を
行なってみましょう！

リハネット渋川
理学療法士・作業療法士

介護食試食

とろみをつけた飲料や介護食
が試食できます。※数量限定
栄養補助食品もプレゼント

渋川栄養士会

腰痛を解消！家でもできる ストレッチ&トレーニング

腰痛解消のコツ、国家資格を
もつ柔道整復師が教えます。

渋川吾妻地区柔道整復師会



ぐんまのたべもの釣りゲーム

釣った料理カードで健康的な
食卓を完成できるでしょうか？

群馬県食生活改善推進員連絡協議会
渋川支部

渋川市・榛東村・吉岡町の 介護予防サポーター、 いきいきサポーターによる 介護予防体操

健康寿命を延ばす第1歩、
それはカラダを動かすこと。
体操で、介護が必要な状態に
なるのを遠ざけましょう！

体験☆元気復活お達人教室

筋トレと脳トレであなたの
元気がよみがえる！

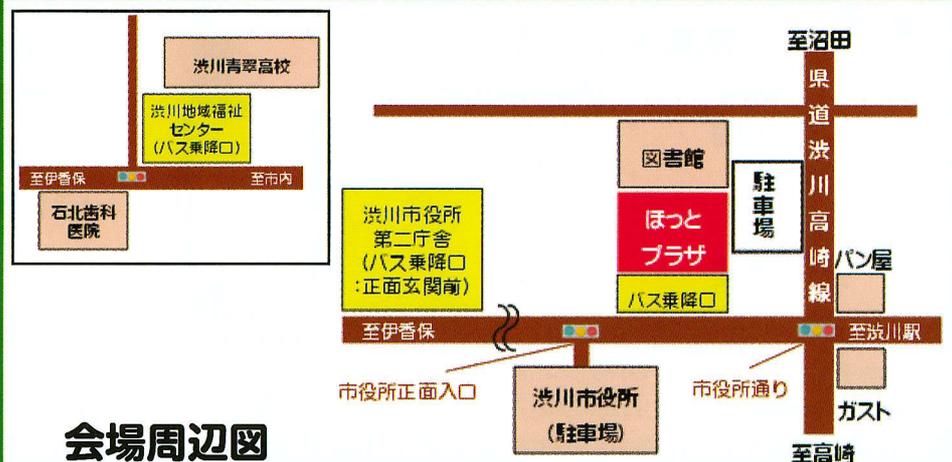
渋川市介護予防事業/
介護老人保健施設 銀鈴

無料バスが運行します

渋川地域福祉センター・渋川市役所第二庁舎・ほっとプラザを
30分ごとに巡回します。

始発：8：45（渋川地域福祉センター発）

最終：12：00（渋川ほっとプラザ発）



会場周辺図

その他の
協力団体

渋川市/榛東村/吉岡町/渋川保健福祉事務所/渋川市社会福祉協議会
渋川市中央地域包括支援センター/榛東村地域包括支援センター/吉岡町地域包括支援センター

令和6年5月24日

各位

榛東村敬老会事務局

令和6年度 敬老会及び「プラチナ婚・ダイヤモンド婚・金婚」
御祝いのご案内について

時下、益々ご清祥のこととお慶び申し上げます。

さて、標記の件につきまして今年度は下記の方々が該当になりますので、
該当するご夫妻はお手数ですが、敬老会事務局 社会福祉協議会まで電話で
お申し込みください。

記

1 プラチナ婚（結婚70年を迎えるご夫妻）

昭和29年4月1日～昭和30年3月31日までに結婚されたご夫妻

2 ダイヤモンド婚（結婚60年を迎えるご夫妻）

昭和39年4月1日～昭和40年3月31日までに結婚されたご夫妻

3 金婚（結婚50年を迎えるご夫妻）

昭和49年4月1日～昭和50年3月31日までに結婚されたご夫妻

4 結婚後50、60、70年を経過し、過去に申請されていないご夫妻

※ 基準日を令和6年9月1日とし、基準日現在村内在住の方を対象とします。

5 日時 令和6年9月14日(土)

午前9時30分から(受付 午前9時00分)

6 会場 榛東中学校体育館

※会場は椅子席、必要な方は上履きをご持参ください。

※ 該当するご夫婦は、6月24日(月)までに敬老会事務局
まで電話でお申し込みください。

敬老会事務局

【社会福祉協議会(ふれあい館内) ☎ 55-5294】

○農業委員会からのお知らせです。

農地相談・農業者年金相談会の開催について
「～農業委員会が相談をお受けします。～」

農業委員会では、農地に関する相談や農業者年金に関する相談会を下記のとおり開催します。相談がある方は、お気軽にお越しください。

記

1 と き 6月20日(木)
7月19日(金)

午後1時30分から3時まで

2 と ころ 榛東村役場
3階 302・303会議室
(役場庁舎正面向かって左側入口
からエレベータをご利用ください)

3 相談内容 農地の貸し借り、農地転用
農業者年金 等

問い合わせ先 農業委員会事務局
TEL 0279-26-2585

農地の管理をお願いします!!

◎所有されている農地は適切に管理してください。

雑草等が繁茂すると、「隣接地との問題発生」、「産業廃棄物の不法投棄」、「病害虫の発生」、「有害鳥獣の潜伏・繁殖」、「隣接する道・水路の機能低下」、「景観の悪化」、「枯れ草による野火火災の発生」等、様々な問題が発生する恐れがあります。

楽集センターだより

令和6年5月号
 榛東村楽集センター
 榛東村山子田 2035-1
 TEL : 0279-54-0031

新緑の若葉にすがすがしさを感じる季節になりました。
 楽集センターの玄関の軒先では、つばめが巣作りに奮闘中です。

さて、楽集センターの正式名称は『隣保館』と言います。平成4年の開館当初、村民のみなさんへ愛称の募集を呼びかけて『楽集センター』と決まりました。

楽集センターは地域福祉の向上および住民交流、そして人権啓発の拠点となるコミュニティセンターとして、生活上の各種相談事業や人権課題解決のための各種事業を総合的に行う施設です。



今年度も人権啓発ビデオの上映や人権相談の実施、地域交流促進事業としてみなさまが参加したくなるような教室の開催を予定しています。また趣味のサークルでも楽集センターをご利用いただいています。

この楽集センターが拠点となり、
より多くの皆さまの交流の場となりますことを願っております。

裏面に当館利用のサークルを紹介します。興味のある方はお気軽に楽集センターまでお越しください。

また、楽集センターだよりでは、さまざまな人権について紹介しています。他人事ではなく、自分自身の課題として、人権について考えてみましょう。

* 楽集シネマのお知らせ *

実施日：6月10日（月曜日）
 7月 8日（月曜日）
 時 間：13：30～
 場 所：楽集センター「会議室」

* 人権相談のご案内 *

実施日：6月19日（水曜日）
 7月17日（水曜日）
 時 間：13：30～15：30
 場 所：楽集センター「相談室」

裏面もご覧ください

◎楽集センターでは定期的に下記のサークルが活動しています。

開催曜日		サークル名	詳細日時
月	午前	榛東健康体操クラブ (健康体操)	毎週月曜 10:00~12:00
		カラオケ教室 (カラオケ)	第1・3月曜 14:30~16:30
火	午前	北榛会レインボー (レインボー体操)	第4火曜 9:30~11:30
水	午前	切り絵楽集会 (切り絵)	第1・3水曜 9:30~12:00
		榛東ダンベルサークル (ダンベル体操)	毎週水曜 10:15~11:45
	午後	彩友会 (水彩画)	第2・4水曜 13:30~16:00
木	午前	はつらつ教室 (はつらつ体操)	毎週木曜 10:00~11:00
	午後	楽習会グループ (書道)	第1・3木曜 14:00~16:00
		北榛会編みもの (編みもの)	第3木曜 10:00~12:00
金	午前	榛東エージレス (体操)	毎週金曜 10:00~12:00
	午後	あじさいの会 (着物リフォーム)	第1・3金曜 13:00~16:00
		折り紙教室 (折り紙)	第2・4金曜 13:00~15:00

新規会員 募集中！！

各サークル(一部を除く※)、一緒に活動をしてくれる仲間を募集しています。
一緒に汗を流したり、趣味の幅を広げたりするのはいかがでしょうか？
友達も増え、情報交換の場やストレス発散にもなりますよ。

見学や体験もできます。興味のある方はお気軽に楽集センターまでご連絡ください。
※現在、「切り絵楽集会」、「楽習会グループ」、「あじさいの会」の募集はしていません。
ご了承ください。



<お問い合わせ>

榛東村楽集センター

TEL : 0279-54-0031

ひとりで悩まず 相談してください




人権イメージキャラクター
人KENまもる君




人権イメージキャラクター
人KENあゆみちゃん

人権擁護委員はあなたの街の相談パートナーです。

いじめ、差別、虐待、セクハラ、配偶者やパートナーからの暴力、近隣間の騒音、
その他人権に関わる問題で悩みごとがあれば、人権擁護委員または下記まで。

みんなの人権110番

ゼロ ゼロ みんなのひやくとおぼん

 **0570-003-110**

こどもの人権110番 (通話料無料)

ゼロ ゼロ ななのひやくとおぼん

 **0120-007-110**

女性の人権ホットライン

ゼロ ナナ ゼロのハートライン

 **0570-070-810**

インターネット人権相談受付窓口

URL <https://www.jinken.go.jp/>

(パソコン、携帯電話、スマートフォン共通)

インターネット人権相談

検索



◆人権啓発デジタル
コンテンツ

人権啓発デジタルコンテンツ

検索

◆人権ライブラリー

人権ライブラリー

検索

人権相談所のご案内

市町村名	開設日	時間	場所
前橋市	6月7日(金)	13:30～15:30	中央公民館 508・510・511 学習室
渋川市	6月6日(木)	13:00～15:00	渋川市社会福祉センター (渋川ほっとプラザ)
／伊香保地区	6月6日(木)	13:00～15:00	渋川市伊香保公民館本館
／小野上地区	6月6日(木)	13:00～15:00	渋川市小野上行政センター
／子持地区	6月6日(木)	13:00～15:00	渋川市子持福祉会館
／赤城地区	6月6日(木)	13:00～15:00	渋川市赤城公民館
／北橘地区	6月6日(木)	13:00～15:00	渋川市北橘行政センター
榛東村	6月7日(金)	9:30～11:30	榛東村福祉センターささえの家
吉岡町	6月13日(木)	13:30～15:30	吉岡町老人センター

※どの相談所でも相談を受けることができます。



人権イメージキャラクター
人KENまもる君

いじめ、体罰、セクハラ、
高齢者虐待など、
毎日の暮らしの中で起こる様々な
問題・悩み事を気軽に
相談してください。

お問い合わせ

各市町村窓口

前橋人権擁護委員協議会
前橋地方法務局人権擁護課

☎ 027-221-4466