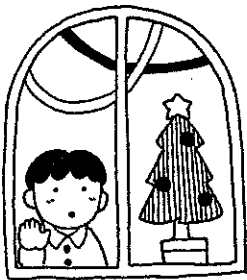


(1案)

回覧

クリスマスおはなし会



おはなしアイアイによる ^{たの}楽しいおはなし会です。
^{おおがた えほん}大型絵本や ^{おおがた}大型かみしばい、エプロンシアターや
ブラックパネルシアターなど ^も盛りだくさんの ^{ないよう}内容です。



《日時》

令和6年12月7日(土)

午後1時30分より (開場1時)

《場所》

榛東村中央公民館 2階 大会議室

さんかひ むりよう
参加費無料

もうしこみふよう
申込不要

ねんれい せいげん
年齢制限なし

☆ ^{ようじ}幼児は ^{ほごしゃ}保護者 ^{どうはん}同伴で ^{ねが}お願いします。



《主催》 榛東村中央公民館(0279-54-2573)

おはなしアイアイ

《協賛》 榛東村社会福祉協議会



託児もあります♪

ヘルシークリスマス料理教室 参加者募集！



健康的なクリスマス料理を作ってみませんか？

実施日	令和6年12月11日（水）
時 間	午前9：30～午後1：30頃
会 場	榛東村保健相談センター
対象者	榛東村に住民登録がある方
定 員	12名（先着順）
託 児	定員：3名（先着順） ※未就学児が対象です
参加費	無料
持ち物	エプロン、三角巾、マスク、筆記用具
献 立	フライパンパエリア、簡単ローストチキン、おからブッシュドノエル 他 ※メニューは変更になる場合があります
申 込	電話またはLoGoフォームでお申し込みください。 【電話】0279-70-8052（受付：平日8時30分～17時15分） 【LoGoフォーム】https://logoform.jp/form/3G8x/798305（24時間受付）  ※受付完了メールが自動送信されますので、必ずご確認ください。 メールが届かない場合は予約が完了していない可能性がありますので、保健相談センターまでご連絡ください。
申込期間	11月11日（月）8時30分から12月4日（水）17時00分まで

令和6年度 地域交流促進事業

『竹細工教室^{第2弾} 門松飾りづくり』受講生募集

日 時 : 12月17日(火)
13時00分～16時00分

場 所 : 榛東村楽集センター「会議室」

対 象 者 : 村内在住者および在勤者 先着12名

講 師 : 前橋・竹彩会 松村 宗雄 先生

内 容 : お正月の門松作り(高さ約37cm)

参 加 費 : 材料費のみ実費(1,000円)
申込時に集金させていただきます



持 ち 物 : 木ばさみ(剪定ばさみ)、持ち帰り用の紙袋または段ボール箱、飲み物、
添え物(①②④は当館でも用意します。追加したい場合は各自用意してきて
ください。)

①松、②熊笹や笹の葉、③梅の枝

④南天の実 ※なければ赤い実(オモト、万両、千両、百両(ヤブコウジ)など)

⑤縁起物(水引、扇など) ※百均で売られているようなもの

エプロン着用など、作業しやすい服装でお越しください

申し込み : 12月2日(月) 9:00より受付開始
～12月6日(金) 17:00または 定員になり次第受付終了
楽集センターに来館の上、直接申込んでください(電話での受付はありません)

[申込時の注意点]

- ・12月2日(月)、9時前に来館された方は、職員がお声がけするまで、駐車場で待機しててください(9時までは先着順ではありません)。
- ・受付を開始する9時の時点で、
ア)申込希望が定員を超えた場合は、その場で抽選を行い、参加者を決定します。
イ)申込希望が定員を満たさない場合は、来館された方全員の受付をし、その後は先着順とします。
- ・なお、ご本人以外の申込みは受付できませんのでご注意ください。

*楽集センターに見本があります

ご覧になりたい方は楽集センターまでお越しください

<お問い合わせ>

榛東村楽集センター

TEL: 0279-54-0031

【開館時間: 土日祝日を除く 8:30～17:15】

回 覧

しんとう健康ポイント
対象事業



介護予防講座

お口の中を健康にすれば健康寿命を伸ばすことができます。
しっかり噛める歯で転倒、骨折、認知症を予防しましょう。

食べる・話す・お口のケア

～オーラルフレイルはフレイルの始まり～



日時

令和6年12月4日（水）

受付 13：15～13：30

講話 13：30～15：00（予定）

場所 榛東村保健相談センター

講師 歯科医師 飯塚俊介氏

渋川駅前SHUNデンタルクリニック

歯科衛生士 横手理恵子氏

群馬県歯科衛生士会



申込先/お問い合わせ

榛東村地域包括支援センター

0279-25-8441

*11月29日（金）までにお申し込みください

「あれ??」「おかしいな」と思ったら、まずは相談!

認知症になっても、服薬や介護などの適切な支援を受けることで認知症の進行を遅らせることができます。

しかし、症状が軽いうちから自ら病院を受診する方が少ないのが現状です。

ご家族やご親戚、ご友人など、今までと様子が違うなと感じたことはありませんか?いつも探し物をしていたり、同じ話を繰り返したり、物を盗られたと言ったり、リモコン操作ができなくなったりなど、認知症の症状はさまざまです。ご自分や周囲の人が気づいた時がよい機会です。「かかりつけ医」や「榛東村地域包括支援センター」に相談してください。

今の生活を続けるために早めの相談をお勧めします!!



認知症診断費用助成事業

認知症の疑いのある方で認知症の診断にかかった費用の一部を助成しています。詳しくお聞きになりたい方は 健康保険課 Tel0279-26-2513までお問い合わせください。

「和の場」

みんなで懐かしい曲を歌ったり、
素敵な時間を過ごすことができました
毎月、楽しみです
(20区 Aさん)



20区認知症サポーターさん



「20区コミセンカフェ」が9月から始まりました!!

「歩いていける場所に和の場を作りたい」という認知症サポーターさんの声をいただき、認知症サポーターさんを中心に「和の場」を立ち上げました。「和の場」は20区住民の方が気軽に茶を飲みながら、認知症の相談を行ったり、介護をしている家族の方同士が話をしたり、参加者同士が交流して楽しく過ごすそんな場所です。外に出て、会話を楽しむことも認知症の進行を抑えたり、認知症の予防につながります。他の地域でも「和の場」を一緒に立ち上げませんか??

【問い合わせ先】

榛東村地域包括支援センター

〒370-3503 榛東村新井793-2

☎ 0279-25-8441



(受付時間) 平日8:30~17:15(土日祝日・年末年始除く) *緊急時の電話相談(虐待など)は上記の時間外でも受け付けます

介護保険のお話（申請編）



介護保険を正しく理解し、適切に利用するためのワンポイント！

介護保険を利用するためには、申請を行い要介護認定を受ける必要があります。申請してから結果が出る（介護度が決まり介護保険証が交付される）までに、調査や審査を行うため概ね1ヶ月程度かかります。そのため、何かの時に備え早めに認定を受けておかねばと考える方もおられるかと思いますが、申請のタイミングで適切な利用につながらないこともあります。申請の際に見られる一例を紹介します。

【例1】身体の状態と介護度が一致しない例



【例2】申請したがサービスを利用しない例

注】介護度は、国が定めた基準で決まります!



《ポイント》実際に介護（支援）が必要となる段階で申請しましょう!

介護保険は、介護度に応じて利用できるサービスの量や利用料金が異なります。デイサービスなどは介護度が上がると、それに合わせて利用料も高くなります。身体の状態や介護量と介護度が一致していないと、必要以上に利用料金を払うことになったり、逆に必要にもかかわらず十分なサービスが受けられない場合があります。申請をやり直すこともできますが、2度手間となったり、何より先に行った申請が無駄になってしまいます。『認定結果が出るまで概ね1カ月程度』かかりますが、保険の有効期間（サービスが利用できる期間）は申請した日からとなるため、必要となった時点で申請すれば、十分に間に合います。申請のタイミングがわからず困ったら、地域包括支援センターへご相談ください。



介護予防講座

楽しく！からだの使い方

～福祉用具を正しく理解しステキな生活を送ろう

福祉用具を使って転倒予防～

◆日時 令和6年12月11日（水）

受付 13:00～13:30

13:30～15:00(予定)

◆場所 榛東村役場 村民ホール

◆講師 理学療法士/作業療法士
（北毛病院）



◆定員 20人

（定員になり次第締め切らせていただきます）

*当日は、福祉用具の展示も予定しています。

見学だけでもOK



申込先/お問い合わせ

榛東村地域包括支援センター

0279-25-8441