



☎ 地域包括支援センター ☎27-1158

フレイルサポーター養成講座 参加者大募集！！

フレイルサポーターと一緒に活動しませんか？

「フレイル」とは、年をとって心身の活力（筋力、認知機能、社会とのつながり）が低下した状態のことです。フレイルは進んでいくと要介護状態となる可能性があります。

フレイルサポーターは、フレイルの兆候があるかを知っていただくための「フレイルチェック会」や予防啓発などのボランティア活動を行っています。

フレイルサポーター養成講座を受けて、サポーター活動をすることで、地域貢献となるだけでなく、ご自身の健康寿命を延ばし、フレイルを予防できます！

あなたもフレイルサポーターになりませんか。お待ちしております。



日時：令和8年6月23日（火）9:00～16:00

場所：役場 南庁舎3階 大会議室

※昼食は各自ご用意ください。（1時間休憩時間があります）

※フレイルチェックを受けていただくため、動きやすい服装でお越しください。

※素足で測定する機器がありますので、ストッキングの着用はさけてください。

お申込み：6月19日（金）までに地域包括支援センターへ電話、または役場窓口⑤にてお申し込みください。

今月の『通いの場』

通いの場は年齢問わず誰もが気軽に集える場です。お気軽にご参加ください♪

<p>ローズカフェ</p> <p>日時 5月28日(木) 13:30～15:00</p> <p>場所 ばらの里 運動室 (入館料不要、参加費100円) ☎27-7774</p>	<p>てらカフェ</p> <p>日時 5月18日(月) 9:30～11:30</p> <p>場所 正覺寺 (北一色674-2) (参加費 100円) ☎27-2446</p>	<p>つなぐかふえ</p> <p>日時 5月23日(土) 9:30～11:00</p> <p>場所 図書館 多目的ホール (北一色821-1) (参加費 100円) ☎27-1130 (社会福祉法人善心会 浅野)</p>	<p>カフェひだまり</p> <p>日時 5月1日(金) 6月5日(金) 13:30～15:00</p> <p>場所 中央公民館 2階会議室 (参加費 100円) ☎090-4086-8345 (男性介護ネットひだまり 若山)</p>
<p>太陽さろん</p> <p>日時 5月3日(日) 9:30～11:30 6月6日(土) 11:30～13:30</p> <p>場所 太陽キューヴ (丈六道173-1) (参加費 500円) ※事前予約が必要です。 ☎090-1748-2787 (宮川)</p>	<p>グラスiasカフェ</p> <p>日時 5月2日(土) 6月6日(土) 9:30～11:00</p> <p>場所 いろいろ (神戸204-5) (喫茶代100円) ☎51-4847</p>	<p>おれんじカフェ</p> <p>日時 5月20日(水) 13:30～15:00</p> <p>場所 神戸町社会福祉協議会 (デイサービスセンター内) (八条258-2) (参加費100円) ☎28-0223</p>	<p>かあさ Cafe</p> <p>日時 5月17日(日) 9:00～12:00</p> <p>場所 神戸524 (旧ひよし館) ※産業会館より南に50m (参加費 200円) ☎090-9180-0247 (馬淵)</p> <p>内容 モーニング・健康マージャン等</p>
<p>カフェいこい</p> <p>日時 5月9日(土) 13:30～15:00</p> <p>場所 グループホームごうどの憩 (加納178番地) (参加費100円) ☎28-1080</p>	<p>活きサポくらぶII</p> <p>日時 5月14日(木)、21日(木)、6月4日(木) 13:30～15:00</p> <p>場所 ばらの里 運動室 (※別途入館料が必要です) ☎27-7774 ※ローズカフェ、活きサポくらぶIIにおいては介護に関する相談をお受けします♪</p>		