

# はつらつ号

## がくしゅう はつらつ楽習！脳の健康教室 開講しました。

9月4日 平成30年度「はつらつ楽習！脳の健康教室」の開講式が健康福祉センターさわやかにて行なわれました。

この教室は、くもん学習療法センターの教材を使用し、9月から2月までの6ヶ月間、毎週火曜日の午前中に行われています。楽習は各受講者30～40分程度で終了します。

開講式には、教材を使用した楽習の他、町保健師による教室前後の認知症予防効果を測定するフィブログも行われました。

教室では研修を受けたサポーターが「読み書き」「計算」「すうじ盤」の3種類の教材の使用方法や楽習のすすめ方を説明し、また、日常会話なども交えながら楽しく行っています。

この教室は、認知症を予防するだけでなく、受講者同士やサポーターとの交流を含め、意識的に脳を使う習慣をつけて、日々、元気にはつらつと過ごしていただくことを目的としています。

今年度の受講者は14名、教室サポーターは9名です。

ご興味のある方は、ぜひ見学にお越しください。



9月4日開講式の様子

楽習の様子



社会福祉法人 洞爺湖町社会福祉協議会 洞爺湖町ボランティアセンター  
 ≪本 所≫ 〒049-5604 洞爺湖町栄町 63-1 健康福祉センターさわやか内  
 【TEL】 0142-76-4363 【FAX】 0142-76-4368  
 【E-mail】 [toyako-sha.abuta@jupiter.ocn.ne.jp](mailto:toyako-sha.abuta@jupiter.ocn.ne.jp)  
 ≪洞爺支所≫ 〒049-5802 洞爺湖町洞爺町 132-2 洞爺ふれ愛センター内  
 【TEL】 0142-82-5185 【FAX】 0142-82-5895  
 【E-mail】 [toyako-sha.tsutsuji@theia.ocn.ne.jp](mailto:toyako-sha.tsutsuji@theia.ocn.ne.jp)  
 ホームページ： <http://toyako-shakyo.org>

# あつまり処 たんぽぽ



新しくつどいの場ができました！



洞爺湖町に誰もが集える場所を作りたい！

そんな思いから、気軽に井戸端会議が出来る場所として月に2回「つどいの場」ができました。

代表者の遠藤さんは、福祉職で自身の介護経験もあり、色々な介護の相談なども可能です。

お散歩や通院、買い物の帰りなど休憩場所として、子どもから大人まで誰でも気軽にお立ち寄りください。介助用のスプーンや本などの展示もあります。

たんぽぽの花のように明るく、そしてそれが綿毛のように洞爺湖町内に広がり、楽しいつどいの場がたくさんできると良いですね。

場所は  
旧かねむら菓子店  
(旭町9)です。

日にち：毎月 第2・第4土曜日

時間：10:00~12:00頃まで

飲み物代は100円

お菓子等の持ち込み自由。

お問い合わせ：76-2267

[デイサービスさくら家 遠藤さん]



9月8日のたんぽぽでの様子



健康づくり認知症予防

## コグニの集い

13:30~15:30(6時まで)

簡単な運動と  
脳トレ遊びをおこなっています。

気軽に  
お立ち寄り  
下さい

月に一度、頭と身体を一緒に使うコグニサイズとプリント等をおこなう『コグニの集い』をおこなっています。

毎月6名~10名程度の方が参加されています。ご興味のある方は、お立ち寄りください。

日程

10月18日(木)

11月15日(木)

場所：洞爺駅交流センター2階

時間：13:30~15:30頃まで

## ◎まちな憩所◎

買い物や用足しなど、ちょっと出掛けたときに、友人や知人と気軽におしゃべりや、ひと休みが出来るスペースがあると助かりますね。

Aマートの中にも素敵な場所が出来ました！

