

# 福祉の **かさまつ** 社協

第205号

令和6年1月1日

〒501-6063  
岐阜県羽島郡笠松町長池408-1  
TEL (058) 387-5332  
FAX (058) 387-5134  
E-mail: kasafuku@ccn5.aitai.ne.jp  
<https://userweb.alles.or.jp/kasafuku/>

謹賀新年

お健やかに  
新年をお迎えのことと  
お慶び申し上げます

社会福祉協議会では、だれもが安心して暮らせる「福祉のまちづくり」を目指して、各種地域福祉事業をより一層推進してまいりますので、皆さまのご理解とご協力を、よろしくお願いいたします。

## 第36回笠松町社会福祉大会 開催 演題「今すぐフレイルを学べば寿命が3年延びる！」



### 目次

- ◆笠松町社会福祉大会…………… 1
- ◆会長あいさつなど…………… 2
- ◆行事だより…………… 3
- ◆ボランティア情報など…………… 4
- ◆地域包括支援センターだより…………… 5
- ◆共同募金報告など…………… 6、7
- ◆令和5年度表彰など…………… 8



講師のお笑い理学療法士 日向亭 葵氏



# 新年明けましておめでとうございます



笠松町社会福祉協議会 会長 森 社

皆さまにおかれましては、お健やかに新春をお迎えのことと心からお慶び申し上げます。本年が希望のもてる飛躍の年となりますことをお祈り申し上げます。また、旧年中は本会の活動に多大なお力添えをいただき、厚くお礼申し上げます。

私は、昨年12月5日に開催されました理事会において、古澤哲男前会長の後を受け会長の要職を拝命いたしました。微力ではございますが、地域福祉の充実と本会の円滑な運営に向けて職責を全うし、皆さまのお役に立てるよう誠心誠意取り組んでまいり所存でございます。どうぞよろしくお願い申し上げます。

さて、「福祉」という言葉を辞書で調べてみますと、もともと「しあわせ」という意味であると書いてあります。それは、最近あちこちで使われるようになった「ウェルビーイング」という言葉と重なり、「満たされて快適に生きる」ということでしょうか。本会の使命は、皆さまがより快適に生きられるように社会的な支援をすることと考えています。だれもが自らの「いのち」を大切に、「いきがい」のある「くらし」ができるよう支えていく活動を精一杯展開してまいります。

地域社会には、福祉にかかる様々な課題があります。高齢、障がい、病弱、生活困窮、子育て、児童虐待やヤングケアラーなどの諸課題は、いわゆる社会的弱者の立場にある人だけの問題ということではありません。周りの人や環境も含めた社会の在り方にかかる問題です。福祉課題の改善には、だれもが「他人事」ではなく、地域に暮らす一人として「我が事」ととらえていくことが重要です。地域の中で共に助け合い支え合っていく人と人のつながりや絆づくりこそが最も大切ではないでしょうか。日常の生活で“お互いさま”の気持ちをもって、ちょっとした思いやりやかかわりの輪を広げていく「福祉の心づかい」を実践していくことで、地域社会がもっとしあわせに暮らせるまちになると信じています。

本年も、私たちが目指す「共に生き 支え合い 認め合う ～みんなでつくる 自分らしく輝ける福祉のまち～」を皆さまと共に進めていくために、役職員一丸となって頑張ってまいります。皆さまのご理解とご協力を何卒よろしくお願い申し上げます。

## 行事だより

### 第36回笠松町社会福祉大会

令和5年11月5日(日)笠松中央交流センターで町民や福祉関係者の皆さん約100人の方にご参加いただき、第36回笠松町社会福祉大会を開催しました。

大会では、大会宣言の採択、福祉メッセージ大賞者や福祉功労者の表彰を行いました。その後、介護予防リーダーの皆さんによる笠松体操やコグニサイズを行い、皆さん元気よく頭と体を動かしました。

4年振りとなる記念講演ではお笑い理学療法士の日向亭葵さんにお越しいただき「今すぐフレイル\*を学べば寿命が3年延びる!」と題して正しい姿勢や普段からできるリハビリの方法などお話いただきました。日向亭さんの流暢な話と楽しい落語で笑顔と笑い声が溢れる会場になりました。

\*フレイルとは健康な状態と要介護状態との間の虚弱な状態にあることです。早期に見つけて、適切な対策をすれば、再び健康な状態に戻ることができます。



福祉メッセージ大賞者の表彰

#### 参加者の感想

- ・楽しくリハビリができました。久しぶりにたくさん笑いました。是非毎日の習慣に加えたいです。
- ・健康についてお笑いもいれながら楽しく学ぶ事ができました。

## 福祉メッセージ入賞者が決まりました

日頃感じる「福祉」への想いを100字に込めた「福祉メッセージ」を募集したところ、町内の小・中学生より555点の作品が寄せられました。どの作品もすばらしく優劣がつけがたいのですが、その中でも特に多くの人に福祉の心を伝える作品を選考し表彰しました。大賞・優秀賞・佳作に入賞された皆さんをご紹介します。作品については次号にて紹介します。(敬称略)

区分	小学校高学年の部	中学校の部
大賞	松枝小学校6年 若曾根 莉穂	笠松中学校2年 後藤 寧々
優秀賞	笠松小学校5年 長屋 克彌	笠松中学校1年 福嶋 葉月
	下羽栗小学校6年 谷 実優	笠松中学校2年 橋口 和奏
佳作	笠松小学校4年 高橋 希	笠松中学校1年 西垣 優奈
	松枝小学校6年 古田 楓	笠松中学校2年 星野 友希
	下羽栗小学校4年 大川 慎之助	笠松中学校2年 山田 佳苗

## ふくし体験教室

※ふくし体験教室は、小学5年生から中学3年生を対象に、7月～3月の期間にさまざまな福祉について学ぶ教室です

11月4日(土)笠松中央交流センターでふくし体験教室を開催し6人が参加しました。「車いすでまちに出よう!～まちの中のバリア～」をテーマに、ペアになり車いすを介助しながら町探検をしました。春日郵便局、名鉄笠松駅、岐阜信用金庫、ドラッグユタカに出かけ、車いすに乗ったままATMの操作画面が見えるか、商品に手が届かなどを体験しました。名鉄笠松駅では、駅員さんにスロープを用意していただき車いすで乗車しました。

体験後、参加者は「自転車が停めてあると道がせまくて車いすでは通りづらかった」や「スロープがあり、なめらかで通りやすかった」などの意見を話し合い、「車いす体験マップ」を作成しました。



完成した「車いす体験マップ」

## ボランティアグループKind活動報告

※Kindはふくし体験教室を修了した小学生から社会人までのメンバーで構成されているボランティアグループです

11月18日(土)にボランティアグループKindのメンバー13人が集まり、町内のひとり暮らし高齢者の方へ向けて想いを込めて年賀状を作成しました。来年は辰年です。竜は絵で描くのが難しくみんな苦戦していましたが、個性溢れる素敵な年賀状ができあがりました。

12月9日(土)には、町内のひとり暮らし高齢者の方を招いてクリスマス会を開催しました。メンバーで考え準備したクリスマスツリーゲームや福笑いなどのレクリエーションを行い交流しました。去年はコロナにより中止になっていたため、久しぶりに顔を合わせ楽しい時間を過ごすことができました。



メンバーが作成した年賀状



狙うは高得点!クリスマスツリーゲーム



# ボランティア情報

笠松町ボランティアセンター  
☎387-5332 FAX387-5134  
長池408-1 福祉健康センター内  
8:30～17:15(土・日・祝祭日は休み)

## 各地域でボランティアによるふれあい昼食会が4年ぶりに開催されました!

11月24日(金)総合交流センター(日赤奉仕団下羽栗分団主催)、12月8日(金)松枝交流センター(松枝ボランティア主催)、12月10日(日)笠松中央交流センター(笠松ボランティア主催)で各地域の高齢者を招いて、ふれあい昼食会が4年ぶりに開催されました。

松枝及び下羽栗地域では岐阜県消費者啓発推進員による寸劇「高齢者を狙う悪質商法の手口とその対処法」、笠松地域では県レクリエーション協会会長の渡邊丈展さんによる軽体操、ボランティアグループオカリナによるオカリナ演奏など、各地域とも久しぶりの再会に皆さん楽しく過ごされ、笑顔いっぱいのすてきな日となりました。



からだも心もフル回転!(笠松地域)

## ありがとうございます

使用済み切手の収集活動にご協力いただき、ありがとうございます。【10月14日～12月12日】  
伊藤内科 シルバー人材センター 匿名 10件

## ないす♡はあ～と

### 笠松町心身障害者小規模授産所

☎387-2469 長池237 メール kasaju@ccn5.aitai.ne.jp  
HP [https://peraichi.com/landing\\_pages/view/ksj2012](https://peraichi.com/landing_pages/view/ksj2012)

### 手品を披露(ないす♡はあ～との会)

11月18日(土)に「ないす♡はあ～との会」を開催し、古田町長にもお越しいただきました。当日は、時々小雨が降るあいにくの天気でしたが、無事に開催することができました。

今年もボランティアグループKindの協力を得て野菜(里芋・水菜など)を販売したり、アルミ缶をご持参いただいた方には、ポップコーンをプレゼントして喜んでいただきました。

多くの方々にご協力いただき、ありがとうございました。

恒例の利用者によるマジックステージでは、古田町長にも観賞いただき、大成功でした。

授産所では、地域との交流を通して、社会的自立及び生活の向上を図ることを目的に活動しています。これからも、授産所事業にご協力をお願いします。

授産所ではアルミ缶を回収しています。アルミ缶は水洗いをし、潰さずにお持ちください。また、スチール缶やペットボトル等が混入しないようにご協力をお願いします。



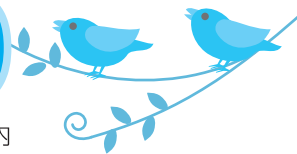
町長さんとお話できました



マジックを披露



# 地域包括支援センターだより



笠松町地域包括支援センター ☎388-7133 FAX387-5134 長池408-1 福祉健康センター内

## ❁ 認知症サポーターステップアップ講座を行いました ❁

12月6日(水)笠松中央交流センターで認知症サポーターステップアップ講座を開催し33人が受講しました。この講座は、認知症サポーター養成講座を受講した方を対象に、認知症の知識の再確認と認知症の方や家族を温かく見守る力の向上を目的に開催しました。

講座では、認知症サポート医のひらたクリニック平田俊文医師に、認知症の症状や、接し方等についてご講義をいただきました。その後、認知症の方や家族を支える「チームオレンジ」について町内のケアマネジャーを交えて意見交流を行いました。

参加者からは「認知症の方とお話しながら、寄り添っていきたい」などの感想があり、認知症の方と家族を地域で支えることの大切さを再確認する講座になりました。



皆さんで意見を出し合いました

## ❁ フレイル(虚弱)チェック会を行います ❁

健康な状態と要介護の状態の間の虚弱な状態をフレイルといいます。早期に見つけ対策をすれば、再び健康な状態に戻ることが可能です。ご自身の状態に早く気づく機会として、フレイルチェック会を行います。専門職から、運動や栄養の話を聞いたり、体力測定をします。申し込みは不要です。ぜひご参加ください。

日時 1月28日(日)午後1時～午後3時30分

場所 笠松中央交流センター 3階大ホール



介護の日フェアでのチェック会

## ❁ 脳元気測定会を開催します ❁

脳の衰えは、知らず知らず始まっています。身体の健康は健診で確かめることはできますが、脳の健康を調べる機会はありません。「今の私の脳、健康かな?」と気になり始めたら、この機会に、脳の健康度を調べてみませんか?DVDの映像を観ながら筆記形式で行う検査ですので、楽しみながら脳の健康状態をチェックすることができます。

参加をご希望の方は1月29日(月)までに、電話または下記の申込フォームからお申し込みください。

日時 1月30日(火) 午後1時30分～午後3時

場所 福祉健康センター 3階会議室

持ち物 筆記用具、眼鏡(必要な方)



申込フォーム

## ❁ ふれあい喫茶(出張型)のお知らせ ❁

ふれあい喫茶は、レクリエーションを楽しみながら、素敵なひと時を過ごす場です。地域のサポーターさん達と協力しながら開催しています。

笠松地域で開催している「ふれあいいきいきサロン」へ9月から介護や福祉の専門職が出向き、介護の相談をしています。いつものサロン同様、地域の方々やボランティアも参加しますので、ホッとできるひと時を過ごしていただくとともに、介護の相談や情報交換も行える場となります。事前の参加申し込みは不要です。お気軽にご参加ください。

開催月	開催日	サロン名	開催場所	開催時間	参加費
2月	21日(水)	かさほサロン	笠松保育園(西宮町)	10時～11時45分	100円(サロン参加費として)

# ご協力ありがとうございました

令和5年10月から12月に実施しました「赤い羽根共同募金」「歳末たすけあい募金」には、町内会長さんや民生委員さんなどのご協力により、町民の皆さんや企業から多くの募金をお寄せいただきました。皆さんのあたたかいご理解とご協力、誠にありがとうございました。

社会福祉協議会では新たな年を迎えるにあたり、援護を必要とする人たちが地域で安心して暮らすことができるよう「歳末たすけあい配分事業」として、ひとり暮らし高齢者への配食サービス、要保護世帯等への経済的支援などの事業を行いました。

以下、ご協力いただきました皆さまです。（敬称略・順不同）

（12月12日現在）

## 赤い羽根共同募金

## 2,607,431円

## 歳末たすけあい募金

## 665,135円

## ☆法人・事業所

(有) 瀧新聞店  
(有) 宏明電気商会  
(有) 鬼頭商店  
(株) OKサポート  
加藤捺染(有)  
永井ホールディングス(株)  
(株) OKサービス  
(有) リガンド  
(株) 野田屋本店  
(社福) 笠松中央福祉会  
(株) みのき  
(名) 津島屋不破燃料店  
岩田商事(名)  
(株) 奥海商店  
美濃織物工業(協)  
羽島自家用自動車組合  
岐阜県染色工業(協)  
(株) 大垣共立銀行笠松支店  
(株) けいさんのうりよく  
岐阜労働基準協会笠松支部  
(有) 森商店  
(有) 油金商店  
(株) 羽島テック  
(有) シオキチ  
(株) 十六銀行笠松支店  
(資) コーヒーハウスアオイ  
久納酒造(有)  
(名) 油重商店  
(資) 銭屋商店  
(協) 笠松本町名店会  
(資) 長久堂  
(株) 鶏屋  
(株) シーポート

(株) 杉山駐車場  
(名) だるまや薬局  
鈴木茂製帽(株)  
(有) 花久  
(宗) 蓮国寺  
(一社) グッデイ  
瑞應寺  
(医) 悠久会森本内科・皮膚科  
(同) バーニングスピリット  
丸十産業(株)  
(株) 極東  
ENSEMBLE(株)  
(医) 慈恵会吉田胃腸科  
シー・エイ・ピー(株)  
(株) クリモト  
(有) 内田商会  
大野製置(株)  
(株) 清友産業  
(有) ホワイトクリーンサービス  
辻兼食品工業  
(株) 志知八郎商店  
(株) 斎藤商店  
(株) オカムラ自工  
(株) 大兵商店  
西垣ポンプ設備(株)  
西垣ポンプ製造(株)  
羽島石油(株)  
(有) 野田商店  
(株) アルス  
Ryusho運輸(株)  
(名) 和広  
(株) あい織  
コア接骨院  
(株) ユタカオート

(有) 曼陀羅コーポレーション  
(有) Sun's食房(中華屋コーラン)  
CATS&DOGSSURF  
(株) CSPラボ  
(有) フォートミズノ  
(株) 三ツ羽商店  
(株) 加藤商店  
(株) 笠松不動産  
(有) 笠松コンタクトレンズ  
(有) 佐藤(誠龍)  
(株) ファース  
(株) 小見山家具製作所  
(株) 服部電器チェーン  
岐阜南自動車学校  
(株) 新東工機  
(株) ノーベル  
(有) タイシン  
(株) 安藤ミシン商会  
いいだ歯科  
岐阜県職員共済会  
岐阜県調騎会  
(社医) 蘇西厚生会松波総合病院  
岐阜中部樹脂工業協同組合  
日本調剤(株)  
ナガヤ厨機販売(株)  
(株) フルフト(かさまつコスモス薬局)  
昭和エンジニアリング(株)  
(有) ワギ電機  
ファミリーマート笠松みなみ店  
川島化成(有)  
(有) 松広  
(株) ジュエル・ド・ルナ  
(医) さとう整形外科  
羽島郡福寿会(リバーサイド笠松園)

日清医療食品(株)  
リバーサイド笠松園内事業所  
(株) S.Sサポート  
(株) ナカジマ  
(同) LEAVES  
ジーエフシー(株)  
サンケイ塗装(株)  
(有) こもぎ・家  
(株) ムトー  
(同) BAN  
(株) カネコ商会  
大丸板紙加工(株)  
(有) 大輪輸送  
(株) トーカン  
カネ美食品(株)  
小川板金工業(有)  
ナーシングホームからふるかさまつ  
(株) 大成工務店  
(株) マキロ  
(有) 丹下自動車  
(有) 岐南カレンダー  
岡田(有)  
A・M・T(株)  
山栄食品工業(株)  
スリーアローズ(株)  
(株) インシュアランス・デザイナーズ  
(株) 広瀬組  
中アス産業(株)  
(株) 後藤施工  
(株) 堀井商店  
笠松幼稚園  
(医) うえむら歯科  
杉山商店(株)  
(有) ファースト・アクション

(株) イーグル  
 中部サイデン (株)  
 (株) 丸真  
 トーギ (株)  
 スズキメタル (株)  
 大洋電機 (株)  
 (有) エヌテック  
 (同) ツボスタ  
 (株) しのぶ  
 かいソー (有)  
 トーヨー商事 (株)  
 (株) まほろば  
 東海岐研 (株)  
 (有) ヴィレット  
 笠松双葉幼稚園  
 (株) フジ  
 (有) サムソン・ケイズ  
 ティーブライト (株)  
 村上製麺 (株)  
 羽島梱包 (株)  
 曾根自動車 (株)  
 (有) 東海ギフト  
 (有) ハウス小島  
 (有) 喜林  
 (医) 山田耳鼻咽喉科  
 (株) ウィックス  
 (株) 八千代  
 (株) 祥永  
 (株) 大和  
 (株) 大橋組  
 平成調剤薬局笠松店  
 (同) GoodFellow  
 (有) イトウ  
 (株) だいき  
 (有) ナカヤマ  
 (有) タツミ武道具  
 (株) 三田防災  
 (有) 青木ガラス塗装  
 (医) 桃仁会羽島クリニック  
 丸京染色 (株)  
 (有) エム・ケイ・エンジニアリング  
 奥村塗料 (株)  
 JAぎふさかい川支店  
 (有) マル岐加藤工業  
 青木織物 (株)  
 ジョイフルインターナショナル (株)  
 (株) 道家経営・法務事務所  
 北恵 (株)  
 (株) かどま  
 (有) 三谷製材所  
 (株) 岐阜県光彩  
 (株) LaLaCanvas  
 (社) さん・さん  
 明和設備工業 (株)

(株) オーツカ  
 (株) 家田鐵工所  
 (有) 中正板金塗装  
 (有) 金森商会  
 (医) 大慶会おおかわ整形外科  
 (株) サンセキ  
 (株) ブライト  
 池田ラジエーター工業 (株)  
 中部食品工業 (株)  
 大栄食品 (株)  
 (株) 道家パワーステーション  
 (有) 三光  
 堀場染色 (有)  
 (有) 羽栗メディカルサービス  
 (医) 睦会愛生病院  
 クウィックプリンティング (株)  
 (株) ノーリツ  
 (有) ティアーールケー  
 (株) 三勝  
 コンマン部品 (株)  
 (株) 菊丸商会  
 (株) エリアサポートジャパン  
 (有) 久世食品  
 (株) しのだ工業  
 (株) ケイハウス  
 (株) FTC  
 わかば食品 (株)  
 岐阜名古屋貨物運輸 (株)  
 (株) 豊国製作所  
 槌谷工業 (株)  
 (有) まの鋳金  
 (株) アルス  
 (株) スプレッド  
 (株) 清水  
 (有) カトー印刷社  
 (有) 長谷川興業  
 (株) 加藤組  
 (株) ハローバッグ  
 (株) スーパーメイト  
 (有) イワタ建工  
 (株) AGO  
 アベイユ (株)  
 ミエル (株)  
 (株) 光ホールディングス  
 (有) 片桐合成  
 (株) 三恵物流センター  
 (有) ミシマ建設  
 ハイメンテナンス (株)  
 (株) 守屋組  
 (株) 丸栄商会  
 (株) エース電機  
 (株) ナガト  
 マツバラ建設 (株)  
 (有) みのーテント

(株) 東海ポリエチ工業所  
 安藤建設 (株)  
 (有) ゴカヤマ工業  
 (有) 土手商事  
 (株) グローバス丸善  
 ガード自動車 (有)  
 (有) トップスポンジャー  
 丸秀大塚建設 (株)  
 (株) 山内総業  
 ダイヤモンドヘッド (株)  
 森プリント (株)  
 (株) 伴電気商会  
 (株) スワロー物流岐阜  
 (株) ミライズ  
 司工業  
 大和機工 (株)  
 ピアゴ笠松店  
 (株) 米津西部  
 セブンイレブン笠松米野店

(株) 岩倉工務店  
 ファステストダイニング (株)  
 (株) 鍛冶正製作所  
 (有) 貴久泰  
 (医) 恒和会こめの医院  
 (有) シンエイ工機  
 (株) 加藤鉄工所  
 ナガラ金属 (株)  
 F・Y・S (株)  
 (株) コミュニケーションファーマシー  
 (株) アンティローザ  
 (株) 松原スタジオ  
 東光パッケージ (株)  
 鴻陽産業 (株)  
 (株) 光製作所  
 (有) 松原興業  
 (宗) 産霊神社  
 (宗) 八幡神社  
 (社福) 笠松町地域振興公社

計 280事業所 569,313円

★個人・団体 (順不同・敬称略)

笠松町赤十字奉仕団 笠松分団	30,000円
笠松町赤十字奉仕団 松枝分団	30,000円
笠松町赤十字奉仕団 下羽栗分団	15,000円
かなめの会 (歳末たすけあい募金)	12,822円
匿名 (赤い羽根共同募金) (2件)	4,153円
匿名 (歳末たすけあい募金) (2件)	8,000円

★街頭募金

トミダヤ笠松店	21,064円
ピアゴ笠松店	6,742円
ヨシツヤ笠松店	7,844円
リバーサイドカーニバル	25,694円
笠松競馬場	8,557円

★町内会を通じて

6,782世帯	2,509,340円
---------	------------

★募金箱設置協力

ピアゴ笠松店・ヨシツヤ笠松店・ローソン美笠通店  
 セブンイレブン笠松長池店・ファミリーマート笠松みなみ店  
 Blue River Cafe・中華屋KORAN・笠松天領の駅  
 パティスリー小菊・笠松町役場・福祉会館・松枝交流センター  
 総合交流センター・笠松中央交流センター・福祉健康センター  
 こども館

義援金報告

皆さまよりいただきました義援金は、岐阜県共同募金会を通じて被災地へ送金させていただきました。ご協力ありがとうございました。

- ・福祉健康センター義援金箱 1,920円 (令和5年6・7月大雨災害義援金)
- ・福祉健康センター義援金箱 397円 (令和5年台風第13号の接近に伴う大雨千葉県災害義援金)



## ～地域福祉の向上にご尽力いただいた方々の紹介～

地域福祉への功績が称えられ、下記の方々を受賞されました。おめでとうございます。

(順不同・敬称略)

全国社会福祉協議会会長表彰  
岐阜県社会福祉協議会会長表彰  
町社会福祉協議会会長表彰

◇民生委員児童委員 箕浦 久子  
◇社会福祉施設職員 田邊 洋子  
◇社会福祉施設役員 岩井 弘榮  
◇社会福祉協議会役員 岩田 賢一

◇社会福祉施設職員 古田 みゆき

## あたたかい善意のこころ

皆さまよりお寄せいただきました「あたたかい善意のこころ」は、地域福祉事業に役立てさせていただきます。(10月14日～12月12日)(順不同)

匿名	金 14,000円	匿名	お米 10kg
匿名	もち米10升・うるち米40kg	匿名	みかん10kg 柿15個

施設サービスのご案内



- デイサービス
- グループホーム
- 予防リハビリ
- 居宅介護支援事業所
- 小規模多機能

入浴、食事、レクリエーション等充実した楽しい一日をご提供します。  
認知症の方の「もう一つの家」として24時間体制でお世話させていただきます。  
体を動かし、頭を働かせ身体の機能回復を図ります。  
介護に関してのご相談を専門スタッフがお待ちしております。  
デイサービス・泊まり・訪問介護の組み合わせにより24時間サポートをします。

入居受付中



〒501-6047 岐阜県羽島郡笠松町二見町15-1 笠松駅前 TEL.058-387-7101

# 体操教室

※介護保険サービスです  
自宅での生活を続けられる体力がつかます!  
トイレ、食事、入浴 など いつまでも自分でできる体をつくりましょう!



### アクティブでできる事

- ご自宅まで送迎
- 健康チェック
- しっかり運動
- コーヒータイム・楽しくおしゃべり
- 帰宅途中に買い物に行きます。(希望者のみ)

90分～  
約650円/回～

めざせ!  
生涯自立

- ・階段を昇るのに手すりが必要になった
  - ・椅子からの立ち上がり手を使う
  - ・つまずくことが多くなった など
- ちょっとした変化を感じている方!

改善・予防のため、体力のある今から  
一緒に運動しましょう!

## アクティブトレーニングセンター

お気軽に お問い合わせください

058-387-0054

無料体験  
お待ちしております!

【受付時間】 9:00 ~ 17:00



笠松町 介護予防・日常生活支援総合事業 指定事業者

URL : <https://active-training.center/>

★財源確保のため広告を掲載しています。広告の内容に関する問い合わせは直接広告主へお願いします。  
また、広告掲載を希望される方は、本会(☎387-5332)までお問い合わせください