

いきいき元気づくり教室のご案内

日時 10月20日～令和3年3月9日 毎週火曜日(全15回) 午後3時～4時30分
 *11月3日、10日、24日、12月29日、令和3年1月12日、2月23日はお休みです。
 ※新型コロナウイルス感染症の状況により、教室が中止となる場合もあります。

場所 パトリアおがわ 2階研修室

対象 小川町在住者(65歳以上の方)

募集人数 15人程度(定員を超えた場合は抽選)

費用 1,000円 *初日に集金します。初日に来られない方は連絡のうえ、前日までにパトリアおがわにお持ちください(教室が中止となった場合、返金はできませんのでご注意ください)。

内容 足腰に痛みなどがあり不安のある方や、買い物などで荷物持ちがちょっと大変に感じる方向けに、筋力アップ・ストレッチなどの運動を行います。椅子に座りながらの運動なので、運動が苦手な方も安心して参加できます。

講師 理学療法士 黒澤 理学療法士 黒澤聖二 先生

持ち物 飲み物・運動ができる服装・室内用運動靴・タオル

申込み 9月30日(水)までにパトリアおがわへお申込みください(電話申込み可)。

*申込みをされた方には、開講通知を10月13日(火)までに発送します。

パトリアおがわ 第2期健康増進教室

申込み 9月1日(火)～18日(金)*土・日を除く *電話可 *1人1教室まで

*定員を超えた場合は抽選となり、結果は9月30日(水)までに通知します。

*抽選になった場合は、町内在住の方が優先となります。

費用 町内在住の方:1教室500円、町外在住の方:1教室1,000円 *参加決定後に支払い

○各教室8回開催、所要時間は各教室1時間です。毎回開始時間15分前までに集合してください。

○問診票を記入し、提出をお願いします(提出は年度に1回)

持ち物 室内用運動靴、タオル、飲み物、下履きを入れる袋。各教室マットを使用しますので、ご持参ください(感染防止対策のため貸出しは行わない予定です)。

*11/4(水)、11/6(金)はお休みです。

*教室開催中、新型コロナウイルスの感染防止対策により中止となった場合は、返金できませんのでご注意ください。

No.	教室名	内容	日時	曜日	教室レベル	対象定員
1	ストレッチ & 筋トレで健康づくり	健康づくりに役立つストレッチや筋トレ等を行います。自分のペースで楽しめます。	10/7～12/2 午後7時～	水	初心者～中級者 運動強度 軽い 運動レベル 簡単	成人 15人
2	初心者向けヨガ	ゆっくりとした呼吸で程よく筋力を使い、体力作りにもなります。体のゆがみを調整し、リラックスできます。	10/9～12/4 午前9時30分～	金	初心者向け 運動強度 軽い 運動レベル 簡単	成人 15人
3	筋膜リリース & 骨盤肩甲骨リセット	筋肉の膜「筋膜」をほぐし、骨盤や肩甲骨のゆがみを調整していきます。運動経験のない方や、体が硬くなっている方にもおすすめの内容になっています。	10/9～12/4 午前11時～	金	初心者～上級者 運動強度 軽い 運動レベル 簡単	成人 15人

埼玉県介護職員雇用推進事業「介護職チャレンジ!」説明会

埼玉県では、介護のお仕事に興味のある方を対象に、資格取得のための学校受講から県内介護施設での実務研修、直接雇用まで、幅広く支援をしています。また、介護助手の養成を支援する「介護アシスタントチャレンジ」の事業説明も併せて行います。

日時 9月17日(木) 午後1時30分より **場所** リリックおがわ(小川町民会館) 会議室4

定員 5人(予約制) **持ち物** 履歴書、職務経歴書、健康保険証

申込み・問合せ 前日までに電話またはHPからお申込みください。

(株)シグマスタッフ大宮支店(受託事業者) ☎048-782-5173

HP: <http://www.kaigo-manabu.com/>

20、21ページに関する問合せは、特に明記がある場合以外は、パトリアおがわ☎74-2323、FAX74-2343へお願いします。

小川町プール施設代替利用臨時補助金の変更点について

広報7月号において、小川町プール施設代替利用臨時補助金についてご案内させていただきましたが、コロナ禍の影響で入会金無料キャンペーンを実施している施設が多く、補助金適用できない状況が発生しているため、補助適用範囲を拡大させていただきました。

対象者 ※次のすべてに該当する方

○町内に住所があり、居住している方

○令和元年9月1日以降に小川町総合福祉センターの定期券または回数券を購入した方

○令和2年2月から令和3年2月までの間に、プールがある施設にプールの利用を目的で入会した方

プールの利用を目的で入会した方の補助適用範囲

①入会にかかった費用 ②会費 ③回数券 ④定期券 ⑤利用券 ⑥その他町長が認めたもの

*補助金の金額は、施設入会にかかった費用、利用した費用のうち2分の1以内の金額。ただし、上限額は1万円とし、上限額に達するまでは申請することができます。

*補助の対象は、1人当たり1つの施設とします。

詳細については、パトリアおがわ 長生き支援課(施設管理担当)までお問合せください。

もの忘れ相談 認知症は早期発見・早期治療が大切です!!

町では、認知症サポート医による相談を行っています。家族だけで悩みを抱え込まないためにも、認知症状に関して心配なことがありましたらお気軽にご相談ください。

日時 9月8日(火)、10月13日(火) 午後2時～4時

*相談1件につき約1時間

場所 パトリアおがわ **相談医** 認知症サポート医 みやざきクリニック 宮崎香理先生

対象 町に住所があり、もの忘れ相談を必要とする方(認知症で受診をされている方、介護保険サービスをお使いの方は対象とならない場合があります)。

費用 無料

*予約制です(電話可)。予約時、簡単に状況をお聞かせください。*相談時には、職員が同席します。

申込み・問合せ パトリアおがわ 長生き支援課(高齢福祉担当)

小川町社会福祉協議会地域包括支援センター ☎74-3461

認知症検診 ～今年度70歳になる方が対象です!～

今年度70歳になる方を対象に、町では医療機関の協力のもと、認知機能のチェック票を用いての「認知症検診」を実施します。認知症は早期発見・早期診断が重要です。ぜひこの機会に受診していただき、認知症の早期発見にお役立てください。

受診期間 9月1日(火)～令和3年3月31日(水)

対象 今年度70歳になる方(昭和25年4月2日～昭和26年4月1日生まれの方。ただし、既に認知症と診断された方を除く)

受診方法 検診希望の方は、**お知らせ通知(黄緑色の用紙)※**と、**健康保険証**(または運転免許証等)を持参のうえ、直接医療機関の窓口でお申込みください。

*該当の方には、8月中に送付しています。

検診料 無料

*ただし、検診結果判定後に再検査または精密検査等の個別診断を行う場合には、受診者の費用負担が発生することがあります。

「認知症検診」町内実施医療機関

飯塚整形外科医院	72-3308	瀬川病院	72-0328
いわほりクリニック	71-6601	中村産婦人科	72-0373
内田医院	72-0516	野崎医院	72-0101
小川赤十字病院	72-2333	パークヒルクリニック	74-4125
木下医院	72-0375	原医院	72-0362
宏仁会小川病院	73-2750	みやざきクリニック	72-2233
高野医院	72-0045	柳澤医院	72-0024
真田医院	72-8020		

※小川町外の比企管内契約医療機関での受診をご希望の場合は、長生き支援課・高齢福祉担当までお問合せください。