

**町長の動き** **9月** 9月1日～9月30日

- 1日 防災訓練、庁議
- 2日 県町村会政務調査会総務・事業合同委員会
- 7日 議会定例会
- 8日 総務文教常任委員会
- 9日 まちづくり厚生常任委員会
- 10日 神崎中学校体育祭
- 15日 議会定例会
- 16日 議会定例会
- 18日 敬老大会
- 21日 成田空港圏自治体連絡協議会勉強会（成田市）
- 25日 米沢小学校秋季大運動会・創立140周年記念祝賀会
- 27日 成田空港に関する四者協議会（千葉市）
- 28日 道の駅経営会議
- 29日 まち・ひと・しごと創生総合戦略推進会議
- 30日 利根川下流域大規模氾濫に関わる減災対策協議会（香取市）

**11月1日～11月30日 保健・介護行事予定**

**11月**

**保健事業**

■ **すくすく相談（育児相談）** ※要予約

8日④ 10：30～15：30 ☎② 1 6 0 3

■ **健康相談**

8日④ 13：00～15：00 一般町民対象

■ **離乳食教室**

10日⑤ 10：00～13：30

対象 ・生後6か月から9か月の乳児とその保護者

■ **1歳6か月児・3歳児健康診査**

25日⑤ 13：00～13：30受付

対象 ・平成27年4月～5月出生児  
・平成25年4月～5月出生児

**介護事業**

● **元気あっぷ教室（郡地区）**

2日④ 10：00～12：00 65歳以上が対象  
郡やすらぎの家

● **発酵カフェ**

14日④ 10：00～12：00

神崎ふれあいプラザ（集団指導室）

☆保健事業の会場は神崎ふれあいプラザです。

**★発酵の里きらきら健康メモ★**

**～高齢者の閉じこもり～**

閉じこもり防止に  
大切なこと

**あなたの教養・教育**

（今日の用事）（今日行くところ）

神崎町生活すこやか調査(平成28年度)では65歳以上の方の20.6%の方が閉じこもり傾向にあると訴えています。

**閉じこもりがちになる3つの原因**

- ① **身体の原因**：転倒による骨折や、脳梗塞などの後遺症や膝痛・腰痛があつて動き辛い
- ② **こころの原因**：転ぶことへの恐怖、出かけてもおしゃべりする知人がいない
- ③ **まわりの原因**：家族から留守番を頼まれている 連れて行ってくれる足がない

閉じこもりを予防するためには…



- **神崎町で行う無料の各種教室やセミナーに積極的に参加してみませんか？**  
（元気あっぷ教室・発酵カフェ・ふれあい介護セミナー・つるかめ料理教室  
介護食教室・認知症サポーター養成講座などなど）
- **お家の中でも食事作りや買い物などの役割を持ちましょう**
- **自分でプチボランティア（家の周りの掃除やゴミ捨て場の片付けなど）**



**105歳の現役医師 日野原重明先生は**

『未知の世界に飛び込んでやったことのないことをやることによって使ったことのない脳が動き出す』とおっしゃっています…