

町長の動き 9月 9月1日～9月30日

- 1日 防災訓練、庁議
 4日 理容組合香取支部との災害協定締結式
 5日 議会全員協議会
 6日～9日 衆議院日本モンゴル友好議員連盟
 海外視察（モンゴル国）
 13日 議会定例会



- 14日 総務文教常任委員会
 15日 まちづくり厚生常任委員会
 16日 米沢小学校秋季大運動会
 17日 敬老大会
 20日 秋の交通安全運動出動式
 21日 議会定例会
 22日 議会定例会
 25日 道の駅経営会議
 26日 香取・東総市町会総会（旭市）
 28日 神崎町まち・ひと・しごと創生総合戦略推
 進会議
 29日 県町村会政務調査会（酒々井町）
 30日 神崎保育所運動会

11月1日～11月30日 保健・介護行事予定

11月

保健事業

■からだメンテナンス教室 ※要予約

8日⑧ 18:30～20:00

■すくすく相談（育児相談）※要予約

13日⑨ 10:30～15:30 ☎⑩1603

■健康相談

14日⑧ 13:00～15:00 一般町民対象

■離乳食教室

15日⑧ 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

17日⑨ 13:00～13:30受付

対象・平成28年4月～5月出生児
・平成26年4月～5月出生児

介護事業

●元気あっぷ教室（郡地区）

1日⑧ 10:00～12:00 65歳以上が対象
郡やすらぎの家

●発酵カフェ

13日⑨ 13:30～15:30
神崎ふれあいプラザ(集団指導室)

●元気あっぷ教室（神宿・松崎・向野地区）

15日⑧ 10:00～12:00 65歳以上が対象
神宿コミュニティセンター

☆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 ☆ ～閉じこもり予防～

閉じこもりの原因には、老化など身体的な要因、意欲低下など心理的要因、社会・環境的要因があげられます。閉じこもりは、心身の生活機能の低下と密接に関わりながら悪循環を生み、生活の質を低下させていきます。予定を作り家の外へ出かけましょう。

日常生活でできる！閉じこもり解消法



外出する回数を決める

- ・週に何日か外出日を決め、面倒でも出かけましょう。
- ・友達とカフェやお出かけ等をする 것도大切です。



家庭や地域で役割をもつ

- ・家事やボランティアなど自分の役割をもちましょう。
- ・毎日継続することが大切です。



地域の活動に参加する

- ・イベントなどには積極的に参加しましょう。
- ・積極的に地域に出ることで他者との交流の機会も増えます。

地域包括支援センターでは教室やカフェ等のイベントを行っています。お気軽にお問合せください。
 ○問合せ 地域包括支援センター ☎⑩1607 担当：奥山・越川