



新任事務局長より

4月1日より麻績村社会福祉協議会の事務局長としてお世話になってる白井 太津男と申します。

役場で働いていた間に、福祉や介護の業務経験がありました。社会福祉協議会（以下、社協）の組織に入ってみると戸惑うことばかりで、毎日職員に支えられています。

さて、社協事務局での勤務に当たり、そもそも社協とは……と調べなおしてみました。

社協は昭和26年に制定された社会福祉事業法（現在の社会福祉法）に基づき、全国の市区町村に設置されています。

社会福祉法では、「地域福祉の推進を図ることを目的とする団体」とされています。これをわかりやすく言うと「麻績村に住む方の、ふだんのくらしのしあわせ」を応援することが社協の目的となっていると思います。

「協議会」ですので、各地区の区長さんや民生児童委員の方々、議会議員の代表による「評議員会」で話しあい、考えていくことになっています。

社協は営利を目的としない団体ですので、村民の皆様からの「社協会費」や「共同募金の配分金」は、貴重な財源となっています。

日常生活のちょっとしたお困りごとをお手伝いします!

有償ボランティア おみごと!サポート

ごみ捨て・買い物・薬の受け取り
電球交換・雪かき等
30分300円で出来る範囲でお手伝いします。



サポーター募集中です!
お問い合わせは社協まで

詳しいことのお問い合わせ・ご依頼は
麻績村社会福祉協議会
電話 67-3099

災害時住民支え合い台帳更新のお願い

おみ社協では、麻績村からの委託で支え合い台帳の更新を進めています。

支え合い台帳は地域の支え合い活動に生かしていくため、また、いつ起こるかわからない災害時の共助(共に助け合う)の活動のために、毎年更新していく必要があります。

今年度も順次お願いをさせていただきますので、皆様のご協力をお願いいたします。



救急医療情報キットを設置された皆様へ

あなたの冷蔵庫の中に、黄色い「救命」ラベルのキットが入っていませんか?

情報カードの内容や、飲んでいるお薬等に変更があった場合、速やかにキットの中身の見直しをお願いします。

お問い合わせは社協まで。

また、新たにご希望の方も、社協、またはお近くの民生委員さんまでご連絡ください。



また、皆様から会費をいただくためには、社協の活動を報告・説明し、賛同を得ることが大切と考えています。

「ふだんのくらしのしあわせ」のために必要なサービスは様々です。

生活の中にある「ちょっとした困りごと」を、地域のみなさんとともに考え、力をお借りし、困りごとを少なくしていくことを応援していくことが社協の仕事ではないかと思っています。

デイサービスやホームヘルプ、介護サービスの計画づくりといった介護保険の事業者としての仕事、配食サービスやボランティアの皆様のお力を借りて行う友愛弁当や百采弁当、介護予防のための教室の開催など、社協の仕事は広範囲にわたりますが、職員は皆専門家で、村民の方の笑顔を励みに頑張っています。

その中で唯一素人である自分はまだ「あたふた」していますが、職員が働きやすい環境を整え、麻績村の福祉の充実に向けて微力ながら頑張っていく所存です。

今日も事務所に隣接するデイサービスからは、利用者の方の元気な笑い声や昭和歌謡のメロディーが流れてきます。

それを「活力」として今日も「あたふた」と業務にあたっています。

どうぞよろしくお願いたします。

おみ社協のホームページ

<https://www.omi-shakyo.or.jp/>



令和7年度の事業計画について

活動方針より抜粋

地域に暮らす一人ひとりが「麻績村で暮らせて本当に良かった」と思えるように、関係機関・団体・地域の皆様と協働して誰もが安心して安全に暮らすことのできる地域福祉の実現に向けて努力いたします

重点目標

1. 「わがこと・丸ごと」地域共生社会の推進
2. 福祉教育の推進
・ボランティア活動の推進
3. 介護予防活動の推進
4. 在宅福祉サービス事業所の運営と安定したサービスの供給
5. 災害時の支援体制づくりの推進

令和7年度社協会費納入のお願い

社会福祉協議会では、ともに地域福祉の推進に参加していただくことを目的に、会員会費制のもとで、住民のみなさまからの貴重な会費を財源として福祉活動に取り組んでいます。

5月中に区長さんを通じて会費のご協力をお願いしております。

【年会費】

- 一般会員 1口 1,200円
- 賛助会員 1口 3,000円
- 特別会員 1口 10,000円



ご協力よろしくお願いたします。

社会福祉協議会では、住民の皆様のご理解とご協力のもと、ともに「誰もがあんしんして暮らせる福祉のまちづくり」を進めていくため、会員制の活動を実施しています。

会員制度は、会費というかたちで福祉活動にご協力いただく、助け合い・支え合いの制度です。会員としての義務は生じません。

お預かりした会費は、地域共生社会の推進、福祉教育・ボランティア活動の推進、災害時の体制作り、社協報の発行等の情報発信などに使わせていただいております。

「麻績村で暮らせて本当に良かった」と思えるようなまちづくりのため、皆様のご理解をお願いいたします。

令和7年度 日赤活動資金納入のお願い

日本赤十字社の活動は、皆様からお寄せいただく活動資金によって支えられています。

赤十字の社会的使命と公共性をご理解いただき、活動資金にご協力をお願いします。

5月中に区長さんを通じて、お願いを申し上げます。

皆様のあたたかいご支援ご協力、よろしくお願いたします。



お寄せいただいた浄財は、災害等における医療救助活動や救急物資の配布、血液センター事業、看護師養成、奉仕団育成など、さまざまな赤十字活動の資金として使われます。

昨年10月に行われました赤い羽根共同募金に、地域の皆様より温かいご支援をお寄せいただき、誠にありがとうございました。

募金総額 880,968円

内訳 戸別 872,000円
学校等 8,968円

皆様のご支援は地域での福祉の活動に使わせていただきます。

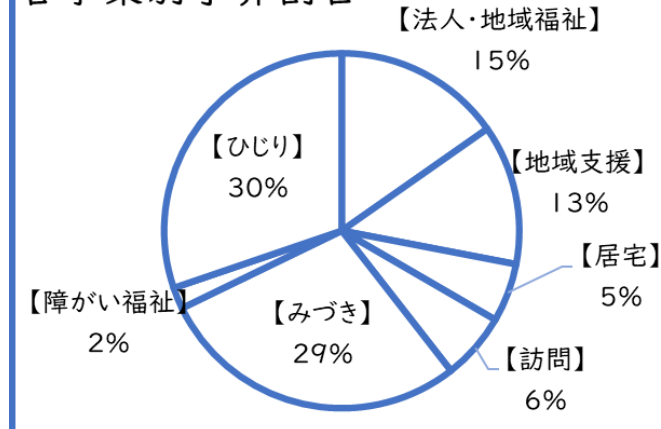
募金の使いみちについて

長野県内福祉事業(広域配分) 105,000円
麻績村内福祉事業 775,968円

内訳 お年よりのために 100千円
障がいをお持ちの方のために 231千円
こどもたちのために 110千円
地域に暮らす皆様のために 334千円
その他災害準備品等整備事業



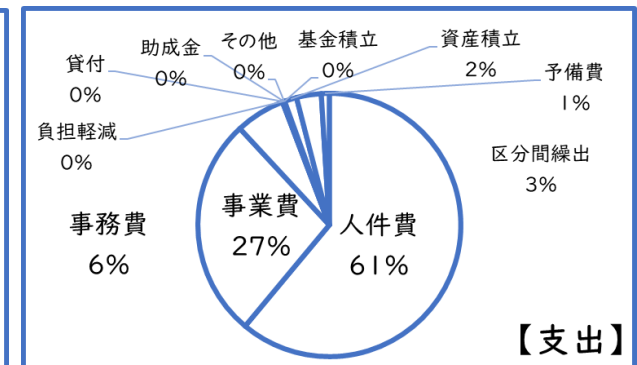
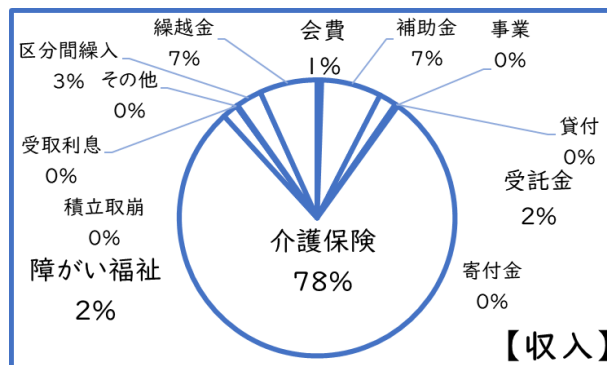
各事業別予算割合



おみ社協で行っている 主な事業について

- ① 地域福祉推進事業
 - ② ふくしのつどい
 - ③ ボランティア活動の啓発・推進
 - ④ 生活のお困りごと相談事業
 - ⑤ 地域支援事業
 - ⑥ 介護保険事業
- 日常生活支援総合事業
障がい福祉サービス事業

令和7年度の予算について 予算総額 2億2200万円



生活のお困りごと、お気軽にご相談ください
心配ごと相談 生活福祉資金貸付窓口
まいさぼ出張相談所 フードバンク などなど
まずは、お話を聴かせてください。

まいさぼ東筑 88-0180
おみ社協 67-3099



毎週火曜日は

《★元気あっぷ教室》!

地域交流センター3階

参加費:110円

継続は力なり!

元気あっぷ教室は、あなたの元気生活を応援する体操教室です!



4月	1日	8日	15日	22日	29日
5月	6日	13日	20日	27日	
6月	3日	10日	17日	24日	
7月	1日	8日	15日	22日	29日
8月	5日	12日	19日	26日	
9月	2日	9日	16日	23日	30日
10月	7日	14日	21日	28日	
11月	4日	11日	18日	25日	
12月	2日	9日	16日	23日	30日
1月	6日	13日	20日	27日	
2月	3日	10日	17日	24日	
3月	3日	10日	17日	24日	31日

- ① 9:30~11:00
のんびりゆったり
こつこつと!
- ② 12:30~14:00
無理ないように
しっかりと!
- ③ 14:30~16:00
アクティヴに動こう!



《★リハトシ教室》

	全日	午後
4月	21日 月	2日 水
5月	28日 水	12日 月
6月	25日 水	16日 月
7月	23日 水	17日 木
8月	27日 水	18日 月
9月	24日 水	1日 月 17日 水
10月	29日 水	9日 木
11月	26日 水	10日 月
12月	24日 水	8日 月
1月	28日 水	14日 水
2月	25日 水	4日 水
3月	25日 水	4日 水

参加費110円
1回あたり30分程度
麻績村社協会議室

おひとり様、または
少人数のグループで
対応します



お申し込み・お問い合わせは麻績村社協 67-3099
お気軽にご連絡ください

令和7年度おみ社協地域支援事業

《生活習慣改善教室》

午前は9時30分~ 午後は2時~

- ※ 各地区公民館で行います
- ※ 日程は年間予定表でご確認ください。

参加費
110円+材料費
ご近所仲間で
楽しく明るく
介護予防!

4月	体力測定
5月	口腔機能を鍛えて美味しく食べよう
6月	身体で楽しむ楽しい脳トレ
7月	夏を乗り切る
8月	たんぱく質で快適生活
9月	認知機能の低下を防ごう
10月	ミニ運動会
11月	防災準備と防災食
12月	体に優しい季節の食事
1月	冬の物づくり
2月	テニスボールで体軽くなる
3月	肩こり・腰痛が楽になる



《配食サービス:みづき弁当・百菜弁当》※申請制

★みづき弁当

昼食 (月)~(土) お届け時間 午前11時頃~12時頃
夕食 (月)~(土) お届け時間 午後4時頃~5時頃
保温の容器に入った食事をお届けします。

★百菜弁当(対象:65歳以上の一人暮らしの方等)

夏季を除く毎月第3木曜日にボランティアさんの作った
お弁当をお届けします。

※ ご利用については役場への申請が必要となります。

ご希望の方は麻績村地域包括支援センター(67-3001)
麻績村社会福祉協議会(67-3099)

またはお近くの民生委員さん等にご相談ください。



★おさんぽカフェ

おさんぽカフェは小さなお子さんからお年寄りまで、いつも頑張っているあなたの為の休憩所です。どなたでもお気軽にお立ち寄りください。

9:30~11:30 材料費 200円			
おみ:麻績学舎			
ひなた:ゆりのきテレワークセンター			
合同:ゆりのきテレワークセンター			
	おみ	ひなた	合同
4月	28日	7日	
5月	26日	12日	
6月	23日	9日	
7月			14日
8月			4日
9月	29日	8日	
10月	27日	6日	
11月	17日	10日	
12月			15日
1月			26日
2月			9日
3月	23日	9日	

★楽食研究会

交流センター 10:00	
参加費110円+材料費	
4月	24日 木
5月	22日 木
6月	25日 水
7月	23日 水
8月	27日 水
9月	24日 水
10月	23日 木
11月	26日 水
12月	25日 木
1月	29日 木
2月	25日 水
3月	26日 木



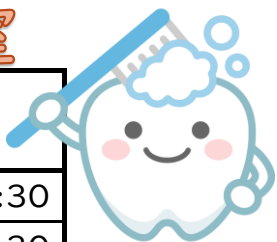
「いつものおかずをパワーアップ！
「ちよいたし」で免疫力&筋力アップ！」

★もの作り 脳トレ教室

交流センター 9:30					
参加費110円					
4月	5月	6月	7月	8月	9月
14日	19日	16日	7日	18日	22日
月	月	月	月	月	月
10月	11月	12月	1月	2月	3月
20日	19日	8日	19日	16日	16日
月	水	月	月	月	月

★口腔教室

参加費110円	
交流センター	
4月	23日 水 9:30
5月	29日 木 9:30
6月	26日 木 9:30
7月	24日 木 9:30
8月	28日 木 9:30
9月	25日 木 9:30
10月	22日 水 9:30
11月	27日 木 9:30
12月	25日 木 13:30
1月	22日 木 13:30
2月	12日 木 13:30
3月	19日 木 13:30



★脳楽くらす

福祉センター9:30					
参加費110円					
簡単脳トレ					
4月	5月	6月	7月	8月	9月
9日	7日	4日	9日	6日	3日
水	水	水	水	水	水
10月	11月	12月	1月	2月	3月
8日	12日	3日	7日	4日	4日
水	水	水	水	水	水

60-40
2×10
5+15



★うちの縁側

ゆっくりおしゃべり、もの作り
楽しい一日を過ごしませんか



毎週金曜日 9時30分から14時まで
麻績村福祉センター みたらしの湯
参加費 600円(送迎・昼食代込み)

4月	4日	11日	18日	25日	
5月	2日	9日	16日	23日	30日
6月	6日	13日	20日	27日	
7月	4日	11日	18日	25日	
8月	1日	8日	15日	22日	29日
9月	5日	12日	19日	26日	
10月	3日	10日	17日	24日	31日
11月	7日	14日	21日	28日	
12月	5日	12日	19日	26日	
1月	2日	9日	16日	23日	30日
2月	6日	13日	20日	27日	
3月	6日	13日	20日	27日	

お申し込み・お問い合わせは

麻績村社協 67-3099

お気軽にご連絡ください。



★男前道場

福祉センター	
参加費110円	
9:30~11:30	
4月	3日 木
5月	1日 木
6月	5日 木
7月	3日 木
8月	7日 木
9月	4日 木
10月	2日 木
11月	6日 木
12月	4日 木
1月	8日 木
2月	5日 木
3月	5日 木

★健康麻雀 教室

福祉センター	
参加費110円	
9:30~11:30	
4月	17日 木
5月	15日 木
6月	19日 木
7月	17日 木
8月	21日 木
9月	18日 木
10月	16日 木
11月	20日 木
12月	18日 木
1月	15日 木
2月	19日 木
3月	19日 木

★楽健 スポーツ教室

参加費110円	
交流センター	
4月	30日 水 9:30
5月	21日 水 9:30
6月	18日 水 9:30
7月	30日 水 9:30
8月	18日 月 9:30
9月	17日 水 9:30
10月	15日 水 9:30
11月	19日 水 9:30
12月	22日 月 14:00
1月	19日 月 14:00
2月	16日 月 14:00
3月	16日 月 14:00



令和7年度(2025) 麻績村社会福祉協議会 地域支援事業予定 4月・5月・6月・7月

4月(卯月)				5月(皐月)				6月(水無月)				7月(文月)			
日	曜	午前(9:30~)	午後(14:00~)	日	曜	午前(9:30~)	午後(14:00~)	日	曜	午前(9:30~)	午後(14:00~)	日	曜	午前(9:30~)	午後(14:00~)
1	火	元気あつぷ教室		1	木	男前・中町	上町	1	日			1	火	元気あつぷ教室	
2	水	中町	リハトレ教室	2	金	うちの縁側		2	月	中町・和合下田	明治町	2	水	中町・上井堀	宮本・本町
3	木	男前・和合下田	上町	3	土	憲法記念日		3	火	元気あつぷ教室		3	木	男前道場	上町
4	金	うちの縁側		4	日	みどりの日		4	水	脳楽教室	中芝	4	金	うちの縁側	
5	土			5	月	こどもの日		5	木	男前道場	上町	5	土		
6	日			6	火	振替休日		6	金	うちの縁側		6	日		
7	月	日向かふえ	矢倉	7	水	脳楽教室	小東	7	土			7	月	ものづくり・和合下田	矢倉
8	火	元気あつぷ教室		8	木	和合下田・叶里高畑	矢倉	8	日			8	火	元気あつぷ教室	
9	水	脳楽教室	中芝	9	金	うちの縁側		9	月	日向かふえ	矢倉	9	水	脳楽教室	野田沢
10	木	桑山・叶里高畑	宮本・本町	10	土			10	火	元気あつぷ教室		10	木	丸山	梶浦
11	金	うちの縁側		11	日			11	水	上井堀・叶里高畑	宮本・本町	11	金	うちの縁側	
12	土			12	月	日向かふえ	リハトレ教室	12	木	桑山	野口	12	土		
13	日			13	火	元気あつぷ教室		13	金	うちの縁側		13	日		
14	月	ものづくり脳トレ		14	水	やりま笑・上井堀	野田沢	14	土			14	月	おさんぽ合同かふえ	高
15	火	元気あつぷ教室		15	木	健康麻雀	百菜弁当・梶浦	15	日			15	火	元気あつぷ教室	
16	水	やりま笑・女淵砂原	野口	16	金	うちの縁側		16	月	ものづくり・女淵砂原	リハトレ教室	16	水	叶里高畑・やりま笑	小東・西之久保
17	木	健康麻雀	百菜弁当・小東	17	土			17	火	元気あつぷ教室		17	木	健康麻雀・女淵砂原	リハトレ教室
18	金	うちの縁側		18	日			18	水	やりま笑・楽健	小東	18	金	うちの縁側	
19	土			19	月	ものづくり脳トレ	西ノ久保・下井堀	19	木	健康麻雀	友愛弁当	19	土		
20	日			20	火	元気あつぷ教室		20	金	うちの縁側		20	日		
21	月	リハトレ教室	リハトレ教室	21	水	丸山・楽健	宮本・本町	21	土			21	月	海の日	
22	火	元気あつぷ教室		22	木	楽食研・根尾	天王	22	日			22	火	元気あつぷ教室	
23	水	口腔・上井堀		23	金	うちの縁側		23	月	おさんぽかふえ	高	23	水	楽食研・リハトレ	リハトレ教室
24	木	楽食研・根尾	天王	24	土			24	火	元気あつぷ教室		24	木	口腔・根尾	天王
25	金	うちの縁側		25	日	健康と環境を考えるつどい(予定)		25	水	楽食研・リハトレ	リハトレ教室	25	金	うちの縁側	
26	土			26	月	おさんぽかふえ	高	26	木	口腔・根尾	天王	26	土		
27	日			27	火	元気あつぷ教室		27	金	うちの縁側		27	日		
28	月	おさんぽかふえ	高	28	水	リハトレ教室	リハトレ教室	28	土			28	月		
29	火	昭和の日		29	木	口腔・女淵砂原		29	日			29	火	元気あつぷ教室	
30	水	楽健スポーツ	明治町	30	金	うちの縁側		30	月			30	水	楽健スポーツ	下井堀
				31	土							31	木		



日程表の地区名が《生活習慣改善教室》です

午前は9時30分~ 午後は2時~

ご近所仲間で楽しく明るく介護予防!

令和7年度(2025) 麻績村社会福祉協議会 地域支援事業予定 8月・9月・10月・11月

8月(葉月)				9月(長月)				10月(神無月)				11月(霜月)			
日	曜	午前(9:30~)	午後(14:00~)	日	曜	午前(9:30~)	午後(14:00~)	日	曜	午前(9:30~)	午後(14:00~)	日	曜	午前(9:30~)	午後(14:00~)
1	金	うちの縁側		1	月	中町	リハトレ・下井堀	1	水	中町・上井堀	明治町	1	土		
2	土			2	火	元気あつぷ教室		2	木	男前道場・和合下田	上町	2	日		
3	日			3	水	脳楽・やりま笑	野田沢	3	金	うちの縁側		3	月	文化の日	
4	月	おさんぽ合同かふえ	矢倉	4	木	男前道場・和合下田	上町	4	土			4	火	元気あつぷ教室	
5	火	元気あつぷ教室		5	金	うちの縁側		5	日			5	水	中町・上井堀	矢倉
6	水	脳楽・やりま笑	中芝・小東	6	土			6	月	日向かふえ	矢倉	6	木	男前・やりま笑	上町
7	木	男前・中町	上町	7	日			7	火	元気あつぷ教室		7	金	うちの縁側	
8	金	うちの縁側		8	月	日向かふえ	小東	8	水	脳楽・女淵砂原	中芝・宮本・本町	8	土		
9	土			9	火	元気あつぷ教室		9	木	桑山・やりま笑	リハトレ教室	9	日		
10	日			10	水	叶里高畑・上井堀	宮本・本町	10	金	うちの縁側		10	月	日向かふえ	リハトレ教室
11	月	山の日		11	木		梶浦・西ノ久保	11	土			11	火	元気あつぷ教室	
12	火	元気あつぷ教室		12	金	うちの縁側		12	日			12	水	女淵砂原・脳楽	宮本・本町
13	水			13	土			13	月	スポーツの日		13	木	丸山・和合下田	梶浦
14	木			14	日			14	火	元気あつぷ教室		14	金	うちの縁側	
15	金			15	月	敬老の日		15	水	楽健スポーツ	野口	15	土		
16	土			16	火	元気あつぷ教室		16	木	健康麻雀	百菜弁当	16	日		
17	日			17	水	楽健・丸山	リハトレ教室	17	金	うちの縁側		17	月	おさんぽかふえ	野田沢・高
18	月	ものづくり・楽健	野口・リハトレ	18	木	健康麻雀	百菜弁当・矢倉	18	土			18	火	元気あつぷ教室	
19	火	元気あつぷ教室		19	金	うちの縁側		19	日			19	水	ものづくり・楽健	西之久保・小東
20	水	和合下田・桑山	宮本・本町	20	土			20	月	ものづくり脳トレ		20	木	叶里高畑・健康麻雀	百菜弁当・下井堀
21	木	叶里高畑・健康麻雀	明治町	21	日			21	火	元気あつぷ教室		21	金	うちの縁側	
22	金	うちの縁側		22	月	ものづくり・女淵砂原		22	水	叶里高畑・口腔	小東	22	土		
23	土			23	火	秋分の日		23	木	楽食研・根尾	天王	23	日	勤労感謝の日	
24	日	福祉のつどい(予定)		24	水	楽食研・リハトレ	リハトレ教室	24	金	うちの縁側		24	月	振替休日	
25	月	上井堀・女淵砂原	高	25	木	口腔・根尾	天王	25	土			25	火	元気あつぷ教室	
26	火	元気あつぷ教室		26	金	うちの縁側		26	日			26	水	楽食研・リハトレ	リハトレ教室
27	水	楽食研・リハトレ	リハトレ教室	27	土			27	月	おさんぽかふえ	高	27	木	根尾・口腔	天王
28	木	根尾・口腔	天王	28	日			28	火	元気あつぷ教室		28	金	うちの縁側	
29	金	うちの縁側		29	月	おさんぽかふえ	高	29	水	リハトレ教室	リハトレ教室	29	土		
30	土			30	火	元気あつぷ教室		30	木			30	日		
31	日							31	金	うちの縁側					



日程表の地区名が《生活習慣改善教室》です

午前は9時30分~ 午後は2時~

ご近所仲間で楽しく明るく介護予防!

令和7年度(2025) 麻績村社会福祉協議会 地域支援事業予定 12月・1月・2月・3月

12月(師走)				1月(睦月)				2月(如月)				3月(弥生)			
日	曜	午前(9:30~)	午後(14:00~)	日	曜	午前(9:30~)	午後(14:00~)	日	曜	午前(9:30~)	午後(14:00~)	日	曜	午前(9:30~)	午後(14:00~)
1	月	中町・和合下田	明治町	1	木	元旦		1	日			1	日		
2	火	元気あつぷ教室		2	金	年末年始休業		2	月	中町	明治町・矢倉	2	月	中町・和合下田	矢倉
3	水	脳楽・女淵砂原	中芝	3	土			3	火	元気あつぷ教室		3	火	元気あつぷ教室	
4	木	男前道場	上町	4	日			4	水	脳楽・女淵砂原	リハトレ	4	水	脳楽・やりま笑	野田沢・リハトレ
5	金	うちの縁側		5	月	中町	矢倉	5	木	男前・叶里高畑	上町	5	木	男前道場	上町
6	土			6	火	元気あつぷ教室		6	金	うちの縁側		6	金	うちの縁側	
7	日			7	水	脳楽・やりま笑	野田沢・小東	7	土			7	土		
8	月	ものづくり脳トレ	リハトレ	8	木	男前・和合下田	上町	8	日			8	日		
9	火	元気あつぷ教室		9	金	うちの縁側		9	月	合同おさんぽかふえ	高・中芝	9	月	日向かふえ	西ノ久保
10	水	上井堀・叶里高畑	宮本・本町	10	土			10	火	元気あつぷ教室		10	火	元気あつぷ教室	
11	木	根尾・桑山	天王	11	日			11	水	建国記念の日		11	水	上井堀・叶里高畑	宮本・本町
12	金	うちの縁側		12	月	成人の日		12	木	上井堀・桑山	口腔 宮本・本町	12	木	丸山・女淵砂原	梶浦
13	土			13	火	元気あつぷ教室		13	金	うちの縁側		13	金	うちの縁側	
14	日			14	水	女淵砂原	下井堀・リハトレ	14	土			14	土		
15	月	合同おさんぽかふえ	矢倉	15	木	健康麻雀	百菜弁当・西ノ久保	15	日			15	日		
16	火	元気あつぷ教室		16	金	うちの縁側		16	月	ものづくり脳トレ	野口・楽健	16	月	ものづくり・楽健	小東
17	水	やりま笑	小東	17	土			17	火	元気あつぷ教室		17	火	元気あつぷ教室	
18	木	健康麻雀	友愛弁当・野口	18	日			18	水	和合下田・やりま笑	小東	18	水		
19	金	うちの縁側		19	月	ものづくり脳トレ	楽健スポーツ	19	木	健康麻雀	百菜弁当	19	木	健康麻雀	百菜弁当・口腔
20	土			20	火	元気あつぷ教室		20	金	うちの縁側		20	金	春分の日	
21	日			21	水	丸山・上井堀	梶浦	21	土			21	土		
22	月		楽健スポーツ	22	木	叶里高畑	口腔・宮本・本町	22	日			22	日		
23	火	元気あつぷ教室		23	金	うちの縁側		23	月	天皇誕生日		23	月	おさんぽかふえ	高
24	水	リハトレ教室	リハトレ教室	24	土			24	火	元気あつぷ教室		24	火	元気あつぷ教室	
25	木	楽食研	高・口腔教室	25	日			25	水	楽食研・リハトレ	リハトレ教室	25	水	リハトレ教室	リハトレ教室
26	金	うちの縁側		26	月	合同おさんぽかふえ	高	26	木	根尾	天王	26	木	楽食研・根尾	天王
27	土			27	火	元気あつぷ教室		27	金	うちの縁側		27	金	うちの縁側	
28	日			28	水	リハトレ教室	リハトレ教室	28	土			28	土		
29	月			29	木	楽食研・根尾	天王					29	日		
30	火			30	金	うちの縁側						30	月	女淵砂原	下井堀
31	水			31	土							31	火	元気あつぷ教室	



日程表の地区名が《生活習慣改善教室》です

午前9時30分～ 午後2時～

ご近所仲間で楽しく明るく介護予防!



と思ったら、まずはご相談ください。
 麻績村地域包括支援センター
 67-3001
 麻績村社協 67-3099 *check*

ご相談の内容に応じて、
 ご相談先の紹介も致します。



麻績村でずっと暮らしていくために
 上手に頼って頼られて
 おみごとまるっとささえあい



おみ社協の
 介護保険サービス



たまには友達と会って話をしたりしたいけれど、出かけるのが大変だし...
 いろいろおめったくて

介護のお困りごとの場合



何をどうしたらいいのかわからない
 ワア——。(´Д`)。——ン!!

社協のケアマネージャーです。
 今、何がどうなっているのか、いっしょに考えていきましょう。介護保険にはいろいろなサービスがあります。あなたに必要なものを探していきましょう。



ケアマネージャー



外へ出ていく事は嫌いなの。
 自宅で暮らしていきたいけど家事をすることが大変で...



ご自宅にうかがって、一緒に調理・洗濯・掃除などをさせていただきます。おうちで安心して入浴できるように、お手伝いもします。食材や生活用品の買い物もできますよ。
 必要になった時には、おむつ交換や食事介助などのお手伝いも24時間365日受けています。



ホームヘルパー
 訪問介護事業所

デイサービスのご利用はいかがですか？
 おみ社協には二つのデイサービスがあります。体験利用もできるので、ご自分に合ったデイをご利用ください。

デイサービスセンターみづき デイサービスセンターひじり



ご自宅までの行き帰りの送迎をいたします。
 趣味の手芸や将棋、麻雀など、ご自分がやってみたいことを教えてください。
 季節の行事や季節のおやつバイキングなどもあり、おともだちと一緒に楽しんで過ごしていただきたいと思っています。



大きなお風呂のほか、寝たまま入れるお風呂もあるので、足腰が痛い時は言って下さいね。
 日頃気になる身体のために、リハビリはいかがですか？
 大きな声が出せるカラオケも楽しいですよ。
 デイサービスは、皆さまが楽しく元気に暮らしていくためにお役に立ちたい施設です。

