

令和7年度短期講座 「脳と体のいきいき教室Ⅱ」受講者募集！！

日時：8月5日(火)～11月25日 全8回 火曜日 10時～11時30分

場所：4階ホール 資料代：200円

対象者：川崎市内在住の60歳以上の方25名



【申込方法等】

7月1日(火)～15日(火)に、必ず受講を希望される御本人が事務所窓口でお申込みください。(日曜・祝日を除く9時～16時)

《抽選結果の受取方法について》

(1)郵送による受取りを希望される場合

85円の通常はがき(抽選結果の返信用)を御持参ください。当選された方は、このはがきが「受講決定通知書」となります。

(2)郵送による受取りを希望されない場合

お申込みの際に「受付番号の控え」をお渡しします。抽選結果は7月22日(火)以降、館内掲示とともに「宮前区社会福祉協議会」のホームページに掲載します。

ふれあい交流会

「宮崎子ども文化センターの児童とサシェ(匂い袋)作り&メロコス体操」

日時：7月30日 水曜日 10時～10時30分

場所：3階大広間 費用：無料

対象：川崎市内在住60歳以上の方8名

申込み：令和7年7月1日(火)から参加を希望される御本人が直接事務所窓口又は電話(044-877-9030)にてお申込みください。

(先着順)



☆七夕の笹を飾ります☆ 7月2日(水)～7日(月)

皆様と子ども文化センターの児童が書いた短冊と幼保園の園児が制作した七夕飾りを飾ります。是非、御覧ください♪

🌸 医師による健康相談 🌸

内科：高橋先生

整形外科：北見先生

7月23日(水)

7月11日・25日(金)

※7月4日(金)の健康相談は、高橋医師による「リウマチについて」のミニ講習会のため、お休みします。【予約制】

いずれも 13時30分～14時30分です。

## 7月の地域包括支援センター出張相談日

### 『宮前平地域包括支援センター』



7月17日(木)15時	講座における説明会終了後
7月25日(金)10時50分頃	メロコス体操参加後  ★10時30分から一緒に体操もできます♪

### 『地域包括支援センタービオラ宮崎』

7月15日(火)11時30分頃	講座における説明会終了後
-----------------	--------------

高齢者の皆様の介護に関する相談や心配事、健康や福祉に関する悩みについて、御本人だけでなく、御家族や近隣の方も相談できます。

川崎市から委託を受けた公的な相談窓口ですので、お気軽に、安心して御相談ください。

**健康相談**：看護師による健康相談を随時行っております。

**生活相談**：月・水・木曜日 日常の心配事、困り事などお気軽に御相談ください。

☆御希望の方は事務所へお声かけください。

「素敵な折紙」作品展 7月3日(木)～16日(水)

「写経」作品展 7月4日(金)～17日(木)

★1階ロビーに展示しますので、是非、御覧ください♪



6月12日(木)に、職員と一緒に花苗を植えてもらいました♪  
駐車場裏の花壇が華やかになりました。暑い中、御協力いただき、  
ありがとうございます 





## 熱中症に気を付けましょう!!

- ①通気性の良い衣服を着用しましょう!
- ②喉の渴きを感じなくても、こまめに水分補給をしましょう!
- ③体調が悪い時は無理をせず、しっかり休みましょう!
- ④朝、昼、晩の食事をしっかり摂り、規則正しい生活をしましょう!



### 【御来館の皆様へ】

新型コロナウイルス感染症の法的位置づけは変更されましたが、高齢者が感染すると重症化しやすいことが明らかになっています。また、軽症で済んでも後遺症が残ることもあるので十分注意が必要です。感染防止に有効とされている基本的な感染症対策に御留意ください。

#### 《基本的な感染症対策》

- ☆体調不安や症状がある場合の自宅療養、医療機関の受診
- ☆手洗い等の手指衛生
- ☆窓開けによる換気
- ☆三密（密閉・密集・密接）の回避、対人距離の確保
- ☆その場に合ったマスク着用や咳エチケット

※発熱等の症状があるなど体調不良の場合、検査で陽性となった場合、同居家族等に陽性となった方がいる場合は来館をお控えください。また、御自身の安全のため、感染症による重症化を引き起こし得る疾病をお持ちの方は、医師に相談するなど、施設の利用を慎重に御検討ください。