

地域包括支援センターだより

今月の
テーマ

住み慣れた地域で暮らし続けるために その③

今年度男性向けの講座を開催します。男性も歳を重ねても困らない力を身に付け、イケてるおじさん・イケてるおじいさん(通称「イケオジ」)を目指しましょう！

男性向け講座

(仮称)「イケてるオジさん倶楽部」

いつまでも健康で元気に過ごすため、男性同士で身体のことや食に関することなどを学ぶ場です(2回シリーズ)。

日時 7月1日(水) 午前10時～午後1時(受付 午前9時30分～)
場所 まちなか交流館 調理室
対象 60歳以上の男性(定員最大20名)
 ※独居の方や高齢者二人暮らしの方優先
講師 男の介護教室 河瀬総一郎氏 杉山ひろみ氏 他
参加費 300円(食材費)
申込み 6月25日(木)まで地域包括支援センターまでご連絡ください。



このまちで元気に暮らす

令和8年度 第1回「家族介護者交流会」

日時 6月23日(火) 午前10時～午前11時30分
場所 女川町地域福祉センター 多目的室
対象者 ①町内在住の高齢者を在宅で介護をされている方
 ②上記の方を支援している地域の援助者
内容 「訪問入浴とは？おむつ交換や福祉用具について」
講師 ぱんぷきん介護センター
 訪問入浴 訪問介護 福祉用具
申込み 6月22日(月)まで地域包括支援センターまでご連絡ください。

もの忘れよろず相談所

ほっとカフェにお立ち寄りください！

日時 6月17日(水) 午後1時30分～午後3時30分
場所 女川町地域福祉センター 多目的室
参加費 100円(お茶代)
内容 口腔ケア講座、交流 など
 ※初めて参加する方は事前にご連絡ください。



6月のいきいきサロン

※マスクの着用をお願いします。

午前の部(9時30分～11時30分)

行政区	実施日	担当
石浜	1日(月)	健生
大原北	4日(木)	健生
小乗	15日(月)	健生
大原南	18日(木)	健生

※大原北・小乗・大原南…ミニ体力測定あり

午後の部(1時30分～3時30分)

行政区	実施日	担当
上1	1日(月)	健生
大沢	8日(月)	健生
針浜	15日(月)	ぱんぷきん
旭が丘	22日(月)	健生

※大沢・旭が丘…ミニ体力測定あり

半島部いきいきサロン 担当 ぱんぷきん

行政区	実施日
桐ヶ崎	10日(水) 午前9時30分～
出島・寺間合同	25日(木) 午後1時～

※北浦・寺間地区は、送迎がありますので、他地区会場への参加もできます。

令和8年度 第2回介護予防サポーター育成研修「ぴんぴん元気推進塾」 ～地域活動をますます楽しく～(3回講座)

日時 6月30日(火) 午前10時～午前11時30分(受付 午前9時30分～)
場所 まちなか交流館 ホール
対象 町内在住の40歳以上の方で、健康づくりや介護予防に関心があり、高齢者をサポートしながら、自分自身も活動に参加してみたい方
内容 認知症予防講座(座学と実技)
講師 健生株式会社 健康運動指導士・地域包括支援センター職員
申込み 6月25日(木)まで地域包括支援センターにご連絡ください。(先着30名)
持参物 タオル、水分(動きやすい服装・靴でお越しください)



Information インフォメーション



女川町社会福祉協議会ホームページからお入りください。

女川町地域包括支援センター

☎53-2272

(地域福祉センター1階、地域医療センター向かい)

高齢者のための総合相談窓口です。住み慣れた地域での暮らしを継続できるよう、社会福祉士、主任ケアマネジャー、保健師の資格をもつ職員が、介護、介護予防、権利擁護、介護認定、認知症、その他ご心配なことなど、ご相談に応じます。