

サークル丘の上

2019年1月第44号(小山町・小山ヶ丘)版

編集・発行 / 町田市堺第2高齢者支援センター

〒194-0215 町田市小山ヶ丘1-2-9

TEL042-797-0200 / FAX042-798-7780



あけましておめでとうございます。1年間、地域の皆様には大変お世話になりました。2019年もよろしく願います。お困りごと等ありましたら、お気軽にご相談ください。

新しい自主グループが誕生しました

新
新
新

グリーンヶ丘(料理)

エンジョイ・クック・10(料理)

ひまわりの会(読み聞かせ)



3つのグループが新たに活動を始めました。それぞれ「脳いきいき教室」や「読み聞かせ講座」の参加者が立ち上げました。

「どんなグループがあるのか知りたい」「参加してみたい」などありましたら、堺第2高齢者支援センターへご相談ください。

新しい町トレグループが誕生しました！



小山・小山ヶ丘地区で

11ヶ所立ち上がっています！

※12月1日時点

町トレとは？(「町田を元気にするトレーニング」)

町田市が独自に作成した高齢者のための筋力トレーニングです。週1~2回実施することで効果が得られます。仲間と楽しく、からだ・こころ、そして町田全体を元気にしましょう！

お元気な方から、体力に自信の無い方まで一緒に行っていただきます。体調に合わせて行って下さい。

❄️ ≪ 高齢者支援センターからのお知らせ ≫ ❄️

❄️ 排泄トラブルを解決しましょう!! ❄️

日程：平成31年1月30日（水） 10:00～12:00（受付9:30～）

会場：小山市民センター 第一会議室

講師：白十字株式会社

定員：30名

費用：無料

申込は
堺第2高齢者支援センターへ
[042-797-0200](tel:042-797-0200)

オムツやパットの選び方、使い方など専門アドバイザーから実践形式で一緒に学びませんか？
ご家族の介護をされている方・興味のある方どなたでも参加できます！



地域のリハビリテーションとは(仮称)

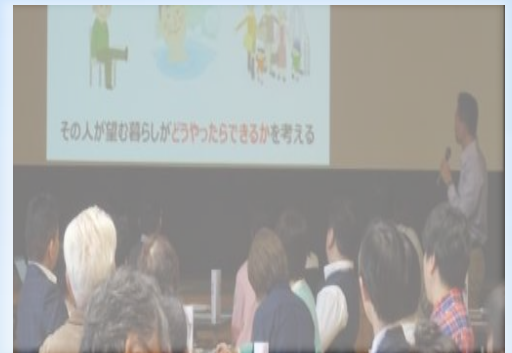


日時：平成31年3月13日（木）

18:30～20:30

会場：小山市民センター ホール

平成30年11月15日の勉強会には地域の関係者、住民の皆様、医療・福祉関係者と大勢のご参加をいただき、ありがとうございました。



11/15に行われた勉強会の様子
次回は夜の開催になります。興味のある方はご連絡ください。



南大沢警察署から地域の皆様へ



南大沢警察署管内では、11/21時点で**43件**、**約1億円**の振り込め詐欺など特殊詐欺被害がありました。全国の被害総額は、10月までで**約286億円**になっています。（警察庁発表）。

不安を感じたら
南大沢警察署まで
042-653-0110



必ず**留守番電話**に設定し、相手を確認してから出てください。不審な電話に出なければ、被害に遭いにくくなります。

最近「**お金が戻ってくる**」という還付金詐欺や、**身に覚えのない内容のはがき**が届く架空請求詐欺が増えています。