

いつまでも元気で過ごせるように、通いの場に参加してみませんか？

市内各地には通いの場があります。体操を中心に行っているところ、談話を楽しんでいるところ、頭の体操や趣味や簡単な工作をしているところなど、それぞれに工夫して取り組まれています。

参加を希望される人は、市地域包括ケア推進室までお問い合わせください。

<住民主体の介護予防活動を紹介します>

【喫茶愛会】 毎週木曜日13:30～ 柴垣町会館

代表の渡辺さんが「誰でも気軽に集まれる喫茶のような場をつくりたい」と提案し、令和元年9月に上甘田公民館内に『喫茶愛会』ができました。コロナ禍により一時休止後、柴垣町会館で令和2年12月に活動を再開しました。季節に応じたおやつが用意され、おしゃべりを楽しんでいる人、鍋敷きを作っている人、ショールを編んでいる人など、自由に過ごされています。再開にあたり、渡辺さんは、「訪問販売車が来る日に合わせたことで、地域との交流の機会となり、輪が広がっていけば」と話しました。



【千路町なごやかカフェ】 毎週水曜日10:00～ 千路町会館

令和2年2月、地域の有志の強い思いで『千路町なごやかカフェ』ができました。コロナ禍のため、感染防止策について話しあい、椅子を使ったソーシャルディスタンスや、密にならないプログラムの工夫などを行っています。お世話係の人が演じる寸劇はとても楽しく、みなさん声を出して笑っていました。景品のかかったスカットボールはみんな真剣です。訪問日は雪が積もっていましたが、たくさんの方が来場しており、「近くに楽しめる場所があるから有難い」と、参加者の声が聞かれました。

～あなたの地域でも通いの場を作りませんか。ご相談に乗ります～

市地域包括ケア推進室 羽咋市役所 1階8番窓口 (平日8時30分～17時15分) (☎22-0202)