

移動喫茶 ひまわり

【移動喫茶 ひまわり】は、いくつになっても、住み慣れた地域で暮らし続けることが出来るように、みんなで話したり聞いたりする場所です。

今年度は、地域の情報やこれから知っておきたい情報など、生活の不安を解消できる内容となっています。《明るく、楽しく、元気よく》健康で心豊かに暮らすためにみんなで話しましょう。

【開催日】	【時間】
令和8年 6月11日(木)	10:00～
7月 9日(木)	10:00～
※第1木曜日 8月 6日(木)	※ 9:30～
9月10日(木)	10:00～
10月 8日(木)	10:00～
11月12日(木)	10:00～
12月10日(木)	10:00～
令和9年 1月 7日(木)	※ 9:30～
2月 4日(木)	10:00～
3月11日(木)	10:00～

【場 所】 千厩農村勤労福祉センター

【参加費】 毎月無料

【予 約】 8月・1月のみ申込み必要

どなたでも参加できます！
お菓子と飲み物を準備してお待ちしております♪

お問い合わせ

千厩寿慶会在宅介護支援センター

TEL 53-2430

担当 ソーシャルワーカー 木戸

【内 容】

6月 在宅サービス～施設入所編～

特養と老健は何が違うの？知っているようで知らない施設のお話しをします。

町内にどんな施設があるのか、皆さんで確認しましょう！

7月 介護予防体操（講師：ラクツトネス 畠山あけみ 様）

介護予防についてお話もあります。いつまでも若々しく過ごせるための秘訣を知り、ぜひ一緒に身体を動かしましょう。

8月 ☆ものづくりワークショップ（申込み締切 7/24）

大人も子どもと一緒に、ものづくりワークショップを楽しみましょう。

☆スポーツレクリエーション

暑さに負けず、みんなで楽しく体を動かしましょう♪



9月 生活習慣病予防のための食生活（講師：藤沢病院 栄養士 様）

生活習慣病予防には、食生活の見直しが欠かせません。これからも美味しく食べて健康的に過ごすために、皆さんで学びましょう。



10月 認知症講話（講師：東部包括 認知症地域支援推進員 様）

認知症は身近な病気です。一緒に認知症の人との関わり方や認知症予防について学び、理解を深めましょう。



11月 デマンドタクシーの使い方～千厩の交通手段～

（講師：千厩支所地域振興課協働係菅原 様）

まだ利用したことがない人、これから利用を考えている人、参加をお待ちしています♪



12月 緊急医療の正しい使い方（講師：千厩病院出前講座 様）

どんなときに利用したらいいのか？判断に迷ういざという時のために理解を深めましょう。



1月 ☆ものづくりワークショップ（申込み締切 12/18まで）

大人も子どもと一緒に、ものづくりワークショップを楽しみましょう。

☆スポーツレクリエーション

寒さに負けず、みんなで楽しく身体を動かしましょう。

2月 簡単調理メニュー～ホームヘルパー編～（講師：寿慶会 ホームヘルパー）

毎日悩む食事作り、当会のヘルパーさんが業務で活用しているぱぱっと簡単調理メニューを伝授します。



3月 座談会

ひまわり一年の締めくくり、皆さんで色々お話しをしましょう！



※都合により予定を変更する場合があります、ご了承下さい。