

こんにちは
伯耆町子育て
支援センターです

子育て支援センターをご存知ですか？

子育て支援センターは乳幼児の子育てをされている方なら、どなたでも利用できる場所です。そこに行けば子育ての仲間に出会える、様々な生きた情報が得られる、くつろいだ気持ちになれる子育ての相談が気軽にできる、そんな場所です。センターは溝口保育所の一室、ひよこの部屋にあります。スタッフ一同、あなたとの出会いを楽しみにして、お待ちしております。ぜひご利用ください。



4月の行事

伯耆町子育て支援センター

とき	行事	ところ	時間
5日(金)	出張子育て支援センター	岸本保健福祉センター	9:00~11:30 13:30~16:00
12日(金)	マタニティーひろば	ひよこの部屋	10:00~11:30
18日(木)	出張子育て支援センター	岸本保健福祉センター	9:00~11:30 13:30~16:00
20日(土)	にこにこようび	ひよこの部屋	9:00~11:30
24日(水)	0歳対象 わくわくひろば	ひよこの部屋	10:00~11:30
25日(木)	1歳対象 わくわくひろば	ひよこの部屋	10:00~11:30
26日(金)	2歳以上対象 わくわくひろば	ひよこの部屋	10:00~11:30

支援センターの閉所について 4月3日(水)午前中は保育所入所式の為、閉めています。

- 1 マタニティーひろばは、妊婦の方が対象です。
- 2 行事の詳細は、「すくすく便り」に記載していますので、ご覧下さい。
(すくすく便りは、各保育所、各図書館、健康増進室に置いてありますので、ご利用下さい。)
また、伯耆町のホームページでもご覧頂けます。
- 3 年齢制限のある行事以外は、にこにこデーとして、どなたでも利用できます。

【問い合わせ先】
伯耆町子育て支援センター
☎62-0130

地域包括支援センターとは？

地域包括支援センターは、住み慣れた地域でその人らしい生活を続けることができるよう、さまざまな方面から高齢者の皆さんを支える機関です。主任ケアマネジャー、社会福祉士、保健師などが配置されており、それぞれ専門分野の仕事だけではなく、互いに連携を取りながら「チーム」として皆さんを支えます。

- 相談例：●介護保険サービスを利用したい。どんなサービスがあるか知りたい。
●介護のことで悩みがあるが、誰に相談していいかわからない。
●施設で暮らすための相談をしたい。
●自分や家族、近所の方の物忘れがひどくなってきた。
●足腰が弱り、外出の機会が減ってきた。
●虐待かもしれない。
●金銭管理や契約など大事な手続きをするのに自信がない。 など

高齢者の暮らしや介護について、お困りのことや聞いてみたいことがありますら、ぜひご相談ください。

【問い合わせ先】 伯耆地域包括支援センター(健康対策課 生活相談室内) ☎68-4632

「元気もりもり教室」

参加者募集

伯耆町では、高齢者の皆様を対象に、運動機能を低下させないための筋力づくりを目的とした運動教室を開催します。皆様のご参加をお待ちしています。

なお、参加者は随時募集しますが、定員となり次第締め切りとさせていただきます。

- 対象者** 65歳以上の伯耆町民の方で、要支援・要介護の認定を受けていない方
- 内容** 椅子やボールを使いながら筋力・バランス力などを向上させるためのプログラムです。
- 実施期間** 4月～翌年3月
- とき** 毎月第2水曜日
13:00～14:30
- ところ** 特別養護老人ホーム
ことぶき
- 参加費** 無料



【問い合わせ・申込み先】 健康対策課 生活相談室 ☎68-5535