



例年暑さが厳しくなる夏に向けて少しずつ身体を慣らしてみませんか。先日テレビ番組で「熱中症」を予防するために栄養、水分補給、睡眠の他に「汗をかく」ことも対策のひとつだと放映されていました。汗をかきやすくする為に座ってもできる毎朝の「テレビ体操」で身体の体温を上げると汗をかきやすくなる身体になり熱中症の予防に効果的になるそうです。ほんの少しの習慣でこれからの季節にむけて備えていきましょう！

■ご長寿おめでとうございます（百歳賀寿）



4月25日（木）に坂田の梁取ヤヨエさんが百歳を迎えられ、福島県知事からお祝いを受けられました。誠にありがとうございます。



祝百歳

■只見町地域づくりサロン事業 代表者情報交換会を開催しました！

高齢になっても顔なじみのみなさんが気軽に集まり、地域の方々とふれあい、しゃべって笑って楽しい時間を過ごしていただけるようにスタッフのみなさんに協力していただきながら、地域づくりサロン事業を行っています！



それぞれのサロン活動の内容など情報交換していただきました！

■楽々しゃべっぺはなまる広場（会議）を開催しました！

（令和6年度第1回生活支援体制整備協議体会議）

この会議の愛称には「**楽々と気楽に思いを話し合える場にしたい**」という、委員のみなさんの思いが詰まっています。いま必要な支援について話し合い、何歳になっても安心して生活できるような仕組みにつなげていきたいと思ひます。



■あなたの身近なパートナー「地域包括支援センター」が社会福祉協議会に委託となりさまざまな相談に対応しています！

地域包括支援センターは、みなさんが住み慣れたまちで安心して暮らしていくために必要な援助や支援をする地域の総合窓口です。

みなさんからの様々な相談や悩みを聞いたり介護予防や健康づくりを支援したりしながら、安心できる地域、暮らしやすい地域をつくりまします！

介護予防や健康づくりを支援します。

いろいろな相談事を受け付けています。

お気軽にご相談ください。

みなさんが暮らしやすい地域をめざしています！



矢沢

長谷川

■今年度第1回目の「弁護士による法律相談（無料）」を開催します！

相談を希望される方は、事前に社会福祉協議会（電話84-7006）にご連絡ください。相談内容は、弁護士によって秘匿されますのでご安心ください。

誰にも言えずに悩んでいませんか？



とき 6月3日（月） 午前10時30分～午後3時

「地域支え合い」を推進しています！

互いに助け合い親切をつくし楽しい町をつくりましょう
只見町町民憲章

みんなの声かけが大事だね。

話を聞いてもらうだけで気持ちになるわ。



■ご寄附お礼

・社会福祉事業（介護事業）のためにご寄附を頂きました。

坂田	梁取	ヤヨ工様	（ご本人より社会福祉事業のために）
田ノ口	鈴木	トモ子様	（故鈴木 茂様のご遺志として）
蒲生	馬場	良継様	（故馬場 ミキ子様のご遺志として）
上町	鈴木	基様	（故鈴木 正義様のご遺志として）
小林	山内	宏二様	（故山内 京子様のご遺志として）
新町	藤田	トミ子様	（故藤田 新也様のご遺志として）
亀岡	斎藤	輝様	（故斎藤 昭美様のご遺志として）

誠にありがとうございました。大切に使用させていただきます

