

令和8年度

秋号

町田市 南第1高齢者支援センター
ニュースレター10月は
介護予防
月間です！

10月8日 木

14:00～15:30

イベント

会場 つくし野
コミュニティーセンター身体を動かすこと、誰かとお話することは介護予防に
繋がります!!是非お気軽にご参加ください★

体験してみよう♪

太極拳

フラダンス

覗いてみよう♪

手芸

介護予防
サポーター

参加型発表会

地域活動展示

シニア
リトミックポール
ウォーキング認知症
事業高齢者
支援センター
とは？

案内

地域活動に関する社会資源冊子

「地域でいきいき!活動MAP」

南町田、小川、つくし野、南つくし野、鶴間エリア
の地域活動を掲載した冊子を配布しています。お近くの活動に参加する
ことは、新たな交流や運動
のきっかけになります。健康的な生活の維持を目指して、地域活動にも
参加してみませんか？社会資源冊子やお散歩マップは 南第1高齢者支援センター・小川あんしん相談室にて
無料でお渡ししております。お気軽にご来所ください。

案内

まだある発見！

「つくし野お散歩マップ」

つくし野・南つくし野エリアの
お散歩マップを、地域の皆さまと
一緒に作成しました。3つのウォーキングコースを
掲載し、コース内のおすすめ
スポットもご紹介しています。秋を感じながら、
お散歩はいかがですか？地域の情報をお
届けします♪

家族介護者交流会

未然防止！高齢者を狙う悪徳商法

～見守りと気づきで被害を防ごう～

認知症の人に限らず、高齢者は詐欺や悪質商法
の被害に遭いやすいと言われています。
高齢者を狙う悪質商法の手口と見守りのポイント、
被害発見時の対応などをお話します。参加
無料

10月13日 火 14:00～16:00

場所 つくし野コミュニティーセンター 地下1階第2会議室

定員 20名程度

対象 消費者詐欺に不安を感じている家族介護者

要申込 042-796-2789(南第1高齢者支援センター)

出張相談会

店頭にて出張相談会を開催します!!

12月16日 水 10:30～12:00

介護保険や認知症に関する相談、あんしんキーホルダー
の登録が可能です。社会資源冊子の配布も行ってい
ます。お買い物のついでにぜひお立ち寄りください。介護保険
申請・利用介護予防
健康づくり認知症
介護方法交流
ボランティア
地域活動

あんしんキーホルダーとは？

センターに緊急連絡先を登録し、万が一の時に、警察や救急
隊と連携し迅速に緊急連絡先
を確認できる仕組みです。

登録料 200円