

令和3年10月22日発行



介護つうしん

新冠町地域包括支援センター
高橋・柳澤・仙波
第7号

11月の えましあ茶Ron クリスマス飾り作り

クリスマス用の飾り作りをします。
その他、茶話会も予定しています。

日にち：11月15日（月）

時間：13：30～15：40

対象者：どなたでも参加できます！

定員：10名

参加費：100円



申込期間・・・**11月2日（火）～11月11日（木）**まで

申し込みのお電話は **9:00～17:00** をお願いします。

状況によって開催を中止する場合があります。ご迷惑をおかけいたしますが、ご理解の程お願いいたします。

申込み先

サポートセンター「えましあ」（本町）

47-2299 担当 土田





オレンジ カフェ



オレンジカフェでお話ませんか？

**地域のみなさん誰もが参加でき、和やかに集うことができる
オレンジカフェを開催します。**

**Cafeゆるいのオレンジカフェは、送迎も対応致します
直接、下記の電話番号へお問い合わせください。**

大根餅をつくろう！！

令和3年11月10日水曜日

開 場:13:00

茶話会:13:30～15:00

**参加費お一人300円
(お茶代含む)**



年間を通して出回っている野菜ですが、
「おろして良し、煮て良し、漬けても良しと、淡白な味わいながら大根ほど様々に調理される野菜は少ないです。
とくにこの時期は、寒さで甘さが増し、冬のメニューにかかせない
素材となっています。♪

就労支援事業所B型cafeゆるり

〒059-2414

新冠町字朝日268-3 TEL:0146-47-3762

ふれあい夕食事業



事業対象者： 町内の自宅で生活している高齢者・高齢夫婦世帯等のうち、身体的・精神的な事情により調理が困難な方

配食の種類： ※ご飯と汁物がつきます。

①普通食 …保温性のある容器を使用した、高齢の方にも食べやすい配食です。

料 金 350円/食

②減塩食 …塩分2.5g以下、カロリー280kcal程度に制限された、管理栄養士が監修した配食です。

料 金 420円/食

③量ひかえめ食…塩分平均2.5g、量をひかえめにした配食です。

料 金 360円/食

配達曜日： ①普通食；月曜日から日曜日 年末年始も対応。

②減塩・③量ひかえめ食；月曜日～土曜日（週6日）

日曜日・年末年始はお休み。

どちらも、週1回から利用できます。

配達地域： 新冠町内全域

（お届け時間帯：13時30分～18時30分の間）

配達地域によってお届け時間は異なり、時間の指定はできません。

ご利用には事前に手続きが必要です。下記までご連絡ください。

※減塩・量ひかえめ食はコープさっぽろが提供する配食のため、利用する際には、コープ組合員への加入手続きが必要です。

（すでに組合員の方は、加入手続きは不要です。）



お問い合わせ先

保健福祉課保健福祉グループ 介護予防係（担当：柳澤・仙波）

電 話：47-2113

参加者募集



週に1回位の間隔で開催する**介護予防教室**です。
自宅で過ごす時間が増えると、運動不足になりがちです。
気分転換に、運動不足解消にぜひお越しください！

開催日：11月～2月の期間の水曜日（全12回開催）

第1回目：令和3年11月10日（水）

午前10時～12時

会場：節婦老人憩いの家

対象：町内に住む 65歳以上の方

定員：15名程度

持ち物：筆記用具・飲み物・タオル

参加費：無料



新型コロナウイルス感染症の動向により、事業の延期や中止など、変更することがございます。ご了承ください。

お申し込み

保健福祉課介護予防係 柳澤・仙波（TEL:47-2113）

11月8日（月）までにお申し込みください。

タブレットを貸出しています（65歳以上の方対象）

タブレットで、自宅で好きな時に動画を見ながら運動やお口の体操ができます。（ご自宅までお届けし、使用方法についてご説明いたします。）

※貸出数に限りがあります。インターネットにはつながっていません。
興味のある方は介護予防係までお問い合わせください。