

いきいき元気に！住み慣れた街での生活を応援します！

平塚市高齢者よろず相談センターゆりのき 広報誌



ゆりのき たより

令和6年秋【第27号】

私たちは、崇善地区と松原地区を担当しています。

「ゆりのき予防サロン」に行こう！

ゆりのき予防サロンに参加していつまでも自分らしい生活を楽しみましょう！

■高齢者のがんの相談と予防について

日 時: 12月3日(火) 午後1時30分～午後2時30分
場 所: 平塚市福祉会館 2階 第二会議室 **先着30人**

■だれでも簡単！機械で調べる頭と体の健康度！

日 時: 1日目 12月12日(木) 2日目 12月19日(木)
午前10時～午前11時30分 ※両日参加可能な方
場 所: 崇善公民館 1階 ホール
対象者: 崇善地区在住の方 **定員15人** ※応募多数の場合は抽選
申込先: 12月2日までに崇善公民館 電話0463-31-1920

■新春カラオケ体操

崇 善 日 時: 1月14日(火) 午後2時～午後3時30分
場 所: 崇善公民館 1階 ホール
申込先: 12月1日から崇善公民館 電話0463-31-1920

松 原 日 時: 1月21日(火) 午後2時～午後3時30分
場 所: 松原公民館 2階 ホール
申込先: 12月1日から松原公民館 電話0463-21-6186

■「今からはじめる終活～自分らしい人生の準備～」

日 時: 1月30日(木) 午後1時30分～午後3時
場 所: 平塚市福祉会館 2階 第二会議室 (追分1-43)
対象者: 60歳以上の市民の方 **定員30人** ※応募多数の場合は抽選
申込先: 1月6日(月)～17日(金) 平塚市福祉会館 電話0463-33-2333

《申込など連絡先》平塚市高齢者よろず相談センター ゆりのき
平日 午前8時30分～ 平塚市立野町31-20 (平塚栗原ホーム内2階)
午後5時 ☎0463-33-2334 FAX0463-35-6038



認知症、認知症予防の情報！



ゆりのきオレンジカフェ

認知症の方やそのご家族様への支援と認知症予防の取り組みとして「オレンジカフェ」を開催しています。体操やゲーム、何気ない会話など…気軽に参加できます。ぜひお越しください。

■日 時

11月25日(月)、1月27日(月)
午前10時～11時30分

■場 所

崇善公民館 1階 会議室



配食サービスの情報

お弁当の配達サービスを行っている民間事業所の一覧表を作成しました。一覧表をご希望の方は、ゆりのきにご連絡ください。

物忘れ、介護・健康相談室



「最近もの忘れが気になる…年のせいかしら…？」

「健康に自信がなくなってきた…介護予防ってなあに？」

「介護の不安…介護保険について知りたい！」

保健師などが対応しますので、気になることがあれば、ぜひ、ご相談ください！



■日 時

11月29日(金)
午後1時30分～午後3時30分
事前予約で相談はひとり30分程度です。

■場 所

平塚栗原ホーム 3階



「つながろう！支えあおう！ 私たちのまち松原」

松原地区では、地域のつながりをより強くすることを目的に、子どもから高齢者までができる「あいさつ運動」を住民の皆さんが取り組んでいます。そして「ながら見守り運動」は、無理のない範囲で地域住民と子ども達の安全を見守ろうと、自主的に行っています！

このような活動は、ご近所づきあい・防犯対策・防災対策につながり、困ったときには隣近所での助け合いにつながります。

あいさつ運動は、みんなが笑顔で住みやすいまちをつくれます！



《ご連絡先》

平日 午前8時30分～

午後5時

平塚市高齢者よろず相談センター ゆりのき

平塚市立野町31-20 (平塚栗原ホーム内2階)

☎0463-33-2334

FAX0463-35-6038