



介護予防まるごと講座 参加者募集

「介護予防」とは、いつまでも元気で生き生きと暮らせるように心身の機能低下を予防することで、介護予防に必要な様々な分野について、講義や体操を通じて楽しく学びましょう。

- *日 程 令和5年9月～11月の全10回
- *対象者 65歳以上の町民（今年度65歳になる方も可）
- *定 員 20人
- *費 用 無料
- *会 場 日の出町商工会ひのでグリーンプラザ（1階多目的ホール）
- *申 込 日の出町包括支援センター ☎042（597）2200
（平日 10：00～17：00） ※8月1日(火)より受付開始



※この講座は日の出町が実施している介護予防事業です。

開催日時	分 野	講 師	内 容
9 / 7 (木) 10:00～11:30	介護予防全般	包 括 職 員	・講座の趣旨説明 ・包括支援センターについて ・制度説明（介護予防事業、総合事業）・グループワーク
9 / 13 (水) 10:00～11:30	運動機能向上	コンディショニングトレーナー	・マットを利用した「コアコレクティブエクササイズ」
9 / 21 (木) 10:00～11:30	運動機能向上	理 学 療 法 士	・運動機能全般について ・腰痛膝痛のメカニズム、ロコモティブ
9 / 28 (木) 10:00～11:30	口腔機能向上	言 語 療 法 士	・誤嚥とその予防について
10 / 5 (木) 10:00～11:30	栄 養 改 善	栄 養 管 理 士	・食事について ・配食サービスの利用方法や利点・試食会
10 / 12 (木) 10:00～11:30	認 知 機 能 低 下 予 防	音 楽 療 法 士	・音楽に合わせて身体と頭をつかった体操
10 / 19 (木) 10:00～11:30	認 知 機 能 低 下 予 防	絵 手 紙 講 師	・皆で絵手紙を作ろう
10 / 26 (木) 10:00～11:30	健 康 増 進	イ ン ス ト ラ ク タ ー	・心と身体と頭もスッキリ「リフレッシュエクササイズ」
11 / 2 (木) 10:00～11:30	認 知 機 能 低 下 予 防	脳 ト レ 士	・楽しい脳トレドリル ・反射神経ゲーム
11 / 9 (木) 10:00～11:30	介護予防全般	包 括 職 員	・講座全般の振り返り

※講座の日程、内容等が変更になる場合もありますのでご了承ください。

【令和5年8月】新型コロナウイルスワクチンが受けられる場所

新型コロナウイルスワクチン接種は以下の会場で実施しています。

なお、令和5年春開始接種の対象となる方は、① 65歳以上の方、② 5歳以上 64歳以下で基礎疾患を有する方、③ 医療従事者等です。

5歳～11歳の基礎疾患を有する方は、小児オミクロン株対応ワクチン接種後、令和5年春開始接種でさらに1回接種することができます(要申請)。

[注意] 令和5年春開始接種の対象で、すでにお手元に接種券がある方は今回接種券が送付されませんので、お手元にある接種券をご利用ください。また、②・③の対象となる方は、コールセンターに接種券を申請してください。

[電話予約・お問合せ先]

「日の出町新型コロナウイルスワクチン接種専用コールセンター」

☎ 042 (588) 5840 平日 午前9時～午後5時 開設

※接種当日に体調不良等によりキャンセルされる場合は、必ずコールセンターへご連絡をお願いします(土日・祝日の実施時については、接種会場で来所確認がとれないことを判断した時点で、接種会場から確認の電話を入れさせていただきます)。



WEB 予約サイト

対象年齢		12歳以上		生後6か月～4歳
接種回数		令和5年春開始接種 (3～6回目)	初回接種 (1・2回目)	1～3回目
接種可能なワクチン		ファイザー製 オミクロン株対応ワクチン	ファイザー製 従来型ワクチン	ファイザー製 乳幼児用ワクチン
会場	馬場内科クリニック (大久野 1062-1)	毎週月・木曜日 午後3時～6時 ※ 14日(月)・17日(木) ・24日(木)を除く	—	—
	大久野病院 (大久野 6416)	—	毎週水曜日 午後4時～4時30分 ※ 9日(水)・16日(水) を除く	—
	日の出町保健センター (平井 2780)	—	—	8月26日(土) 午前10～12時

※5歳以上～11歳以下の方を対象とした接種については実施方法の見直しのため、8月は実施しません。再開が決定した際には広報等でお知らせします。

(有料広告)

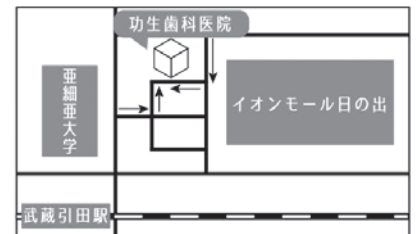
歯科 / 小児歯科 / 矯正歯科 / 歯科口腔外科

イオンモール日の出すぐ隣の歯科医院です。外来診療はもちろん、外来に通うことが難しい方へ「訪問診療」も行っています。

お口のことでお困りのことがございましたらまずはお気軽にお電話ください。

- 土曜日も診療
- 訪問診療
- 駐車場完備
- バリアフリー

功生歯科医院		診療時間						
診療時間	月	火	水	木	金	土	日	祝
10:00～13:00	●	●	●	●	●	▲	休	休
14:30～19:30	●	●	●	●	●	▲	休	休
9:00～18:30 (訪問)	●	●	●	●	●	●	休	休
▲9:00～13:00, 14:30～18:30								
※日曜日体制整い次第診療再開します!								



医療法人社団 周稚会
功生歯科医院
 KOUSEI DENTAL CLINIC
 東京都西多摩郡日の出町平井239-7
 ☎ 0120-318-052