

認知症講演会を開催します

～ 認知症を正しく理解しよう！！ ～

高齢者の4人に1人が認知症またはその予備軍と言われており、認知症は今や誰もが関わる可能性のある身近な病気です。しかし、認知症に対する正しい理解はまだ十分とはいえません。

認知症になっても安心して暮らせる村を目指して、まずは認知症について正しく理解することからはじめましょう。

日 時 12月8日(火)

午後2時～3時30分

場 所 保健センター 2階研修室

※駐車スペースが狭いため、駐車場は旧西小
学校校庭をご利用ください。

講 師 介護老人保健施設みどうの杜
宮崎香理先生(認知症サポート医)

内 容 認知症の基礎知識など

申込み 11月30日(月)までに、地域包
括支援センター(☎82-1116)
へお申込みください。

※11月広報と一緒にパンフレット「正しく
知ろう認知症」を全世帯に配布しています
ので、ぜひお読みください。

心身軽やか運動教室

☆11月・12月の教室のお知らせ☆

11月は「たっぷりストレッチ」12月は「ソフトエアロビ」を実施します。「たっぷりストレッチ」では、普段使わない筋肉を気持ちよく伸ばしましょう。「ソフトエアロビ」は、適度に汗をかく程度の全身運動です。

どちらも参加者の様子を見ながらすすめ、年齢や体力によってご自分で負荷を変えられるようアドバイスしますので、運動の苦手な方や初めての方でも無理なく取り組みます。

みんなで楽しく運動しましょう！

日 程 「たっぷりストレッチ」11月5日、12日、19日、26日(木)

「ソフトエアロビ」12月3日、10日、17日、24日(木)

時 間 午後1時30分～3時

会 場 保健センター

もちもの 運動のできる服装、運動靴(内履き)、タオル、飲物

講 師 「たっぷりストレッチ」

健康運動指導士 近江 みよ子 先生

「ソフトエアロビ」

健康運動指導士 田島 智恵子 先生

対 象 おおむね30歳～65歳までの在住
・在勤者

申込み・問合せ 保健センター ☎82-1557

※ どちらも教室当日までにお申込みください。

定員(30名)になり次第締め切ります。



山間部などの交通不便地区に小型バスの 実証運行を行っています

東秩父村地域公共交通活性化協議会では、村に最適な交通手段を探るため、10月27日～11月27日の1ヶ月間、皆谷・坂本地区の一部、大内沢地区の一部に小型バス(ワゴン車、12人乗)の実証運行を行います。

平日は「お出かけサポート便」として、各地区のゴミステーションや集会所などに臨時設置するバス停と和紙の里(および役場前、落合)の間を運行します。午前便は各地区から落合、役場前、和紙の里、およびバスを乗り換えて小川町や寄居町へのお出かけの利用として、午後便は小川町や寄居町、および和紙の里、役場、落合から各地区への帰りの利用に便利です。

なお期間前半と期間後半で運行する地区が異なります。

土日祝日は、期間前半に「ふれあい牧場シャトル」として和紙の里から彩の国ふれあい牧場へ、期間後半に「大内沢みかんシャトル」として和紙の里から大内沢みかん園への直通シャトルバスとして運行します。観光客向けのシャトルバスですが、どなたでも利用できます。

※公共交通機関であるバス停からの距離と人口分布等を勘案して対象地区を設定いたしました。

期間前半 10月27日～11月10日(皆谷・坂本地区の一部およびふれあい牧場)

期間後半 11月11日～27日(大内沢地区の一部およびみかん園)

運 賃 無料(和紙の里で乗り換える村営バス、民間路線バスは有料です)

対 象 者 誰でも利用できます。各地区に設置されたバス停からご乗車ください。該当地区にお住まいでない方でも、お出かけの際にご利用ください。

注意事項 車両の都合上、車椅子の方は利用できません。定員を超えた場合にはご利用できない場合があります。

ルート・バス停位置 別途配布する路線図、またはタブレットをご覧ください。

時刻表 別途配布する時刻表、またはタブレット、各バス停の掲示をご覧ください。

運行方法 平 日 時刻表による路線定期運行、および一部デマンド型運行(平日の午後便は、和紙の里・役場前・落合のバス停で乗車できなかった場合は運行しませんので、ご注意ください)

土日祝日 和紙の里と観光施設間の直行便

【運行に関する問合せ】 総務課 ☎82-1226・イーグルバス都幾川営業所 ☎65-3900