

発行 連合町内会広野支部
広野公民館

☎ Fax (0868) 29-0380

e-mail: kou-hiro@mx1.tvt.ne.jp

HP : www3.tvt.ne.jp/~kou-ie/hirono.html



☆認知症対策講座

「広野地区いきいき講座」を以下の内容で開催します。

テーマ： 認知症予防について学ぼう ～ 運動編 ～

会費： 無料

開催日： 令和8年9月5日土曜日

午前10時～11時

場所： 広野公民館 集会室

※当日は運動しやすい服装でお越しください。



※要申込 8月28日（金）までに広野公民館へメール、FAX
または公民館ポストへ投函にてお申込みください。

物忘れと認知症との違い、認知症予防のために気を付けたいこと、認知症予防のためのゆるやかな体操などについて学びます。

70歳以上の認知症有病率は、厚生労働省研究班の調査によりますと、12～15%（ほぼ7人に1人）とされています。皆さんの参加をお待ちしております。

☆ベルマークを集めています。

津山東中学校では、ベルマークを集めています。公民館に収集箱を
設けていますので、宜しくご協力をお願いします。

ベルマークの部分を取り、公民館までお持ちください。
使用済みインクカートリッジ（ブラザー、エプソン、キャノン）
も回収しています。

ご協力いただいたベルマークは、PTAの方々が
集計し、この様な給水器等の購入に充てられます。



☆高齢者食育栄養改善講座

【 缶詰を使った簡単なおかず！ 】

愛育委員・栄養委員の講習会です。

- ・ 11月16日（月） 10時30 福井公会堂
- ・ 11月18日（水） 10時～ 河面公会堂
- ・ 11月18日（水） 11時～ 田熊ふれあいセンター

講師： 津山市健康増進課 栄養士 岡部愛未氏



タンパク質をバランス良く
くしっかり摂りましょう。



☆ボランティア募集

子ども歌舞伎の衣装の色付けにご協力いただけるボランティアを募集しています。

毎週火曜日、午後2時から会議室にて！
よろしくご協力をお願いします。

☆子供のころから読書の習慣をつけましょう

幼児の頃の絵本の読み聞かせは、読書への最初の入り口です。お仕事でお疲れの事と推測いたしますが、寝る前の少しの時間絵本を読んで聞かせることは、良い眠りへ導入する上でも情緒の発達の上でも、有効な手段とされています。

家庭での読み聞かせが難しい方もいらっしゃるかもしれません。
その場合でも、居間のテーブルの上や子供達が遊んでいる床の上に本がある環境があるだけでも子供たちが本に関心をもってくれるといわれています。
公民館でも児童書の貸出を行っています。

