

# 羽村市認知症予防事業

## 参加者募集

申込み・問合せ 事前に、電話または直接高齢福祉介護課高齢福祉係④178へ(土・日・祝日、祝日を除く午前8時30分〜午後5時)

### ◆脳の若返り講座説明会

脳の若返り講座とは？

〜仲間をつかって交流する認知症予防！〜

日時 6月20日(火)・22日(木)の午前10時〜正午(両日とも内容は同じ)

会場 ゆとろぎ2階講座室1

対象 市内在住のおおむね65歳以上の方および認知症予防に関心のある方

内容 認知症予防とウォーキングの関連、食事や人との交流などについて

講師 NPO法人認知症予防サポートセンター職員

※直接会場へお越しください。

※当日は認知症予防のために自主活動をしているグループの活動内容を展示します。

ループの活動内容を展示します。

ループの活動内容を展示します。

ループの活動内容を展示します。

### ◆脳の若返り講座

下表のプログラムに取り組み、認知症予防のための仲間づくりを目指します。活動内容を参考にA〜Cのプログラムいずれか1つを選択して申し込んでください。

※脳の若返り講座説明会当日、すでに活動している自主グループが活動内容の展示をします。ぜひご覧ください。

日時 7月18日〜11月14日の毎週火曜日(全17回)

の午前9時30分〜11時30分

※8月15日(火)は休講します。

会場 コミュニティセンター2階研修室など

対象 市内在住のおおむね65歳以上で、自主活動に関心のある方

定員 各プログラム6人程度(定員に満たない場合は希望プログラムを調整する場合があります)

内容 講師が指導するのではなく、自分たちでどんなことをするのかを考え進めていくプログラムです。毎回認知症予防ファシリテーター(1〜2人)がサポートします。

実費負担の例  
出かける際の食事代など

持ち物  
歩数計

活動内容の例(平成28年度)

プログラム	活動内容の例(平成28年度)	持ち物	実費負担の例
A ウォーキング+旅行	神田界隈や皇居周辺の街歩き行程を作って実際に出かけ、レポートにまとめました。	歩数計	出かける際の食事代など
B ウォーキング+料理	バナナやトマトを材料に新しいレシピを考案し、実際に調理して試食しました。	歩数計・調理実習時はエプロン、三角巾など	調理実習時の材料費など
C ウォーキング+パソコン	市内散策や趣味を写真に撮り、ミニコミ誌を作りました。	歩数計・ノートパソコン	紙代やコピー代など

※活動内容は平成28年度のもので、実際にはグループで話し合いながら内容を決めていきます。

### ◆「認知症予防ファシリテーター」養成講座

認知症予防のために活動する高齢者の自主グループをサポートするボランティア(認知症予防ファシリテーター)の養成を行います。

修了後は市の認知症予防事業のサポートをしていただきます。経験のあるファシリテーターと一緒に活動し、新任の方をサポートしますので安心して活動できます。

※ファシリテーターとは、推進者、支援者という意味です。

日時 6月26日(月)・27日(火)・28日(水)の午前10時〜午後4時30分

会場 コミュニティセンター2階研修室

対象 認知症予防や自主活動に関心がある方

定員 3人程度(3日間出席できる方を優先)

※昼食は、各自で用意してください。施設内・外のレストランか飲食可能なスペースを利用してください。

講師 NPO法人認知症予防サポートセンター職員

修了後の活動

○「脳の若返り講座」参加者の活動をサポートします

(7月18日〜11月14日の毎週火曜日の午前9時30分〜11時30分(8月15日(火)は休講))。

○「脳の若返り講座説明会」(上記)や「認知症予防講演会」(11月上旬)のPRや受付けなど

○自主グループの活動への助言(不定期)

○フォロワーアップ研修(半日程度、年1・2回)

※「脳の若返り講座説明会」にもぜひ参加してください！

6 広報はむら 29. 5. 15



## 企画展「くらしの中の「へび」」

細長い体、木や地面をずるずると這う独特の動き。「へび」という不思議な生き物は、昔話や信仰、言葉など、人の暮らしの中にさまざまな形で現れます。この企画展では、そうした暮らしの中に登場する「へび」に注目し、絵や雨乞いの彫刻など、人によってつくられた「へび」の資料を展示します。

また、博物館周辺で撮影された「へび」の写真も展示します。

日時 6月3日(土)～9月3日(日)

午前9時～午後5時

※月曜日は休館です。ただし、祝日の場合は開館します。

会場 企画展コーナー

入館料 無料

問合せ 郷土博物館 ☎ 558-2561



▲へびが描かれた神社のオウゴ

## 羽村堰「はじめてみませんか、バードウォッチング」

多摩川の周辺で、夏鳥を探してみませんか。鳥たちのラブソングが聞こえるかもしれませんね！

日時 6月10日(土)午前9時30分～11時30分(小雨決行)

観察場所 羽村堰く郷土博物館周辺

集合場所 羽村堰玉川兄弟像前

解散場所 羽村市郷土博物館あづまや

定員 30人程度

参加費 100円(保険代込み・中学生以下は無料)

持ち物 飲み物・雨具・双眼鏡(持ち)

講 師 日本野鳥の会奥多摩支部

※当日、直接集合場所へお越しください。

問合せ 郷土博物館 ☎ 558-2561



▲コチドリ



▲ツバメ

## 春の市内いっせい美化運動・花いっぱい運動

期 日 5月28日(日)

会 場 市内全域

### 市内いっせい美化運動

道路や公園などの公共施設やその周辺のごみの収集を行い、市内をきれいにします。当日は、市のごみ不法投棄監視ウィークの活動も合わせて行います。皆さんのご協力をお願いします。

集めたごみの出し方 「燃やせるごみ」と「燃やせないごみ」に分別し、午前9時までに町内会・自治会であらかじめ指定した場所へ持ち寄ってください。

※市内いっせい美化運動に使用するごみ袋は、町内会・自治会を通じて配布します。

※一般家庭のごみは収集できません。

問合せ 生活環境課生活環境係 ☎ 204

### 花いっぱい運動

サルビア・マリーゴールド・ペコニアを合計10万6200鉢用意しました。市内が花でいっぱいになるよう、ご協力をお願いします。

春の花いっぱい運動で植えた花は、7月ごろに行う平成29年度夏季花いっぱいコンクールで審査します。

平成29年度春季花いっぱいコンクール  
審査結果

このコンクールは、平成28年11月13日に行った秋の花いっぱい運動で植えたチューリップとパンジーを審査したものです。

町内会・自治会・事業所：花壇の部

□ 最優秀賞 UR羽村団地自治会

□ 優秀賞 川崎東町内会、川崎西町内会

町内会・自治会・事業所：街路の部

□ 最優秀賞 美原町内会

□ 優秀賞 双葉町松原町内会、日野自動車(株)羽村工場

学校・幼稚園・保育園の部

□ 最優秀賞 羽村西小学校、羽村西少年野球クラブ

□ 優秀賞 羽村第二中学校

※優良賞など詳しくは、市公式サイト

または観光協会ウェブサイトをご覧ください。

ただ、問い合わせてください。

問合せ 産業振興課農政係 ☎ 663 / 羽村市観光協会 ☎ 555-9667

