

# 北部協働センターだより 令和6年9月5日号(回覧)

編集・発行 浜松市北部協働センター(市委託 中央区 第4号)  
浜松市中央区葵東一丁目15番1号 TEL: 053-436-5931

中央区内の協働センターの各種情報は浜松市公式ホームページ内の「中央区協働センター通信」にてお知らせしています。『中央区協働センター通信』で検索してください。

地域づくり講座

## 認知症予防講座

～元気に楽しく活動をしていきいきした生活を送ろう!～

認知症は、誰もがなる可能性のある身近な脳の病気です。日常生活のちょっとした工夫によって、認知症の発症を遅らせることはできるかもしれません。この講座では、食事や運動など今からできることを楽しく学んでいきたいと思えます。

<日 時> 令和6年10月31日(木) 午後1時30分～3時

<会 場> 北部協働センター 1階 ホール

<講 師> 地域包括支援センター高丘職員

<定 員> 30名

<内 容> ①認知症予防、フレイル予防について  
②脳と体を使って

<受講料> 無料

<持ち物> 筆記用具、運動のできる服装、運動靴(体育館シューズ等)



講座の申し込みは、こちらから

| 申込方法  | 申込期間                                       |
|---|--|
| ◎電話(☎053-436-5931)又は窓口  | 配布日～10月16日(水)<br>※午前9時～午後5時まで(日曜・祝日・夜間を除く) |
| ◎インターネット<br>浜松市 HP→北部協働センター<br>「講座・セミナー・イベントのお知らせ」<br>からご希望の講座を選択し、申込<br>フォームよりお申込みください。<br> | 配布日～10月16日(水)<br>午後11時59分まで<br>※24H申込可能    |

- ① 先着順ではありません。定員を超えた場合は電子抽選ソフトで厳正なる抽選を行います。
- ② 申込結果は10月25日(金)までに当選者にのみ電話またはメールで順次ご連絡いたします。
- ③ 定員に達しない場合は申込締め切り後も電話または窓口で先着順に受付いたします。
- ④ 空き状況は、北部協働センター「講座・セミナー・イベントのお知らせ」の各講座のページをご覧ください。インターネット接続環境がない場合は、電話・窓口にて直接お問い合わせください。

裏面もご覧ください👉

# 北部協働センターまつり 開催のお知らせ

開催日時：10月19日（土）午前9時30分～午後3時  
20日（日）午前10時～午後2時



☆詳細は10月5日号でご案内

## 北部ジュニア公民館のお礼



北部協働センター夏の恒例行事「北部ジュニア公民館」を8月3日（土）、4日（日）に開催しました。当イベントはボランティアに集まった地域の中学生が主体となって企画立案から運営まで担い、地域の小さな子ども達に北部協働センターを「遊びの場」として開放するイベントです。

当日は「お化け屋敷」、「ダンボール迷路」、「読み聞かせ」、「バルーンアート」・「ポップコーン」、「クッキー」や「たまごせんべい」などの手作り食品の販売などで多くの子ども達に喜んでもらいました。

地域の自治会をはじめ、葵高丘地区社協の皆さまや近隣企業等のご協力もあり、盛大かつ無事に開催することができました。

ボランティアに参加していただいた中学生の皆さま、5月からサポートをしていただいた当ボランティア出身の、高校生、大学生、社会人の北部生涯学習ボランティアの会の皆さま、本当にお疲れ様でした。また、ジュニア公民館に携わっていただいた多くの方々、ご来場者の皆さま、誠にありがとうございました。

### 2024年度 第3回 家族介護教室

「お口から考える健康長寿の秘訣～失ってから始めて気づく歯の大切さ～」

毎日の歯磨きは適切にできていますか。お口の健康は心と身体の健康を維持することにつながります。正しい口腔ケアの方法やお口の体操を学びましょう。

日時 10月24日（木） 13：30～15：30 （13：15分から受付開始）

会場 北部協働センター 2階 第2、3講座室

対象者 家族などの介護をしている方、介護に関心のある方、今後介護をする予定がある方

講師 歯科衛生士 口腔ケア・オーラルフレイルアドバイザー 小粥江利子 氏

定員 30名

受講料 無料

持ち物 筆記用具

申し込み先：地域包括支援センター高丘 053-420-6330

表面もご覧ください