

一期一会ニュース

特定非営利活動法人一期一会
2014年 9月 24日発行

発行責任 川上道子
連絡先 0463-97-0015

イベントのお知らせ その1

介護予防運動 教室開催

一期一会では、この地域にお住まいの方々がいつまでもお元気に過ごして頂けるよう、風の丘やテイ愛甲原で「身体改善プログラム」に取り組んでいます。

- 転倒予防** … 歩幅を自然と広げることができるよう、機能改善を行います。
- 歩行改善** … 姿勢を改善し、「歩く」という動作が行いやすくなるよう機能改善を行います。
- 認知症予防** … 有酸素運動を取り入れ、認知症の予防をお伝えします。
- 関節痛改善** … 肩の痛みや膝の痛み、腰痛などの予防・改善を行います

日時：10月13日（月曜日）10時30分～12時（90分）

場所：コミュニティスペースCoCoてらす

参加費：無料

申し込み：先着12名まで

テイ愛甲原：岸本

0463-97-2215

講師：介護予防のスペシャリスト
「介護予防運動指導員」資格
をお持ちの方です。

お知らせ その2

認知症サポーター養成講座 開催

「地域で支えよう認知症」

一期一会の職員と共に学びませんか

日時：10月22日（水）17時30分～19時

場所：テイ愛甲原

講師：伊勢原市東部地域包括支援センター職員

内容：認知症に対する理解とサポートについて

お知らせ その3

「地域支え合い宣言」参加者募集中

安心・安全なまちづくりの第一歩

・・・共に支え合う街づくりめざして
高齢化率30%を超えるこの愛甲原住宅で、あなたの周りで、困っている人がいた時に「優しくそっと声をかける」「ご近所であいさつする・見守る」「助け合う」など、日頃実践していることを声に出してみませんか。

日時：11月8日（土）10時30分より

場所：コミュニティスペースCoCoてらす前広場にて

壁アート観覧式＝「みんなで地域支え合い宣言」

「手のひらの花」をたくさん咲かせることができ、街が明るくなったと大好評、いよいよ完成…いえいえ壁アートに完成はありません。日々、皆様の参加で作り上げるCoCoてらすの壁にしていきましょう。乞うご期待！！