

令和6年12月分	
回覧	健康まつり
	シャントセナ

部数が不足している場合は、琴平町企画防災課（75-6711）までご連絡ください。

対象 65歳以上の琴平町民の方

KOTOCAポイント(100ポイント)付与

検印
回覧
琴平町

健康まつり

自分の体を知って加齢と華麗に付き合おう！

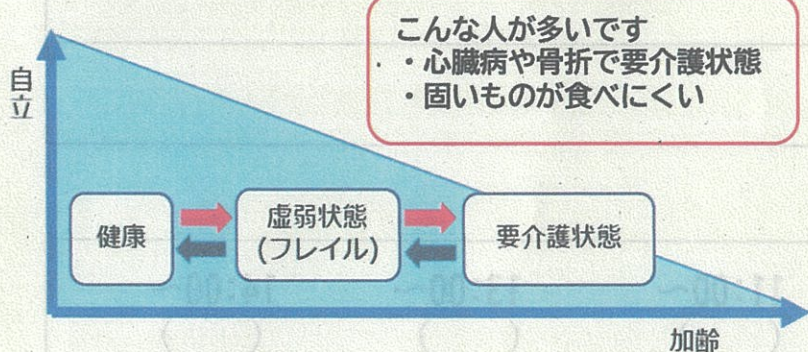
令和7年1月22日(水)

時間予約制

10:00~12:00
13:00~15:00

場所：琴平町総合センター

(参加費無料・要申込・定員50名)



皆さん一人ひとりが、
いつまでもいきいきと前向きに
暮らせるようにするために、
今のご自身の体をチェックしてみませんか
自分のことを知って
健康寿命をのばしましょう

★体力測定(ロコモチェック、握力、柔軟性、バランスチェック)

★インボディ測定 *測定時は裸足になります *ヴィスポことひらの方が来てくれます
短時間の立位姿勢だけで、筋肉の付き方やバランス、内臓脂肪レベルなどがわかります
*ペースメーカーなど医療電子機器を装着のかたは測定できません

★血管年齢測定

★骨密度測定 *測定時は裸足になります

★認知症チェック

★フレイルチェック、基本チェックリスト



★申込・問合せ先★ FAXでの申込は裏面参照

子ども・保健課 ☎75-6719 包括支援センター ☎75-6880

裸足になりやすいようにストッキングなどはご遠慮ください。

水分補給できるものをご持参いただき、動きやすい服装と靴でお越しください

共同主催：琴平町、琴平町地域包括支援センター

共 催：一般社団法人香川県運動推進協会

令和7年1月22日(水) 健康まつり参加申込書

※申込先：琴平町子ども・保健課

FAX (0877) 75-6724

参加者氏名				
住 所	琴平町			
連絡先	(自宅)			
	(携帯電話)			
	(FAX)			
希望時間	10:00～ ()	11:00～ ()	13:00～ ()	14:00～ ()
	ご希望の時間に <u>1つだけ</u> ○をつけてください。 ご希望に添えない場合は、FAX または電話にて ご連絡させていただきます。			

*次に該当されるかたはインボディ測定はできません。

心臓ペースメーカーのような植え込み型医療機器装着のかた

生体情報モニターのような生命維持用医療機器装着のかた

心電計のような装着型医用電子機器装着のかた

事務局通信

シャントセナ

No.262 (令和6年12月号)

— 編集発行 —
 社会福祉法人琴平町社会福祉協議会
 〒766-0004 琴平町榎井891-1
 TEL 75-1371 FAX 75-1481
 E-mail info@k-wel.or.jp
 社協 HP <http://k-wel.or.jp>
 ※24時間電話対応しています。



ガリック娘 新商品 109g

ついこの間まで暑いと思っていましたが、急激に冷え込んできました。秋を飛び越して一気に冬になった気がします。

この間に、ガリック娘の新商品が登場しました。オリーブの不作によりオリーブオイルの値段が一気に跳ね上がりました。そんな中で登場したのガリック娘 109g です。既存の 183g の商品は一本 1,750 円で、109g は 1,100 円となりお買い求め安い価格となりました。ガリック娘の売り上げは全て、琴平町の地域福祉に還元される一品となっていますので、ぜひお買い求めください。また、ガリック娘がどんどん売れると、昨年新登場し、現在大好評の「どこでもガリック子」(フライドガーリック)ができます。また、そこで働く皆様の仕事の場となります。ぜひよろしくお願いします。

なお、ガリック娘の Instagram (P4、QR コードから) も作りました。ぜひフォローし、「こんぴらにんにく」という琴平が誇るにんにくを使用したガリック娘をよろしくお願いします。



183g 109g

ステーション行事予定表 (12/15~1/11)

日	月	火	水	木	金	土
12/15	16	17	18	19	20	21
		・生きがいデイ (手芸)	実務者会議	アヤウアイー及酒 会 生きがいデイ (高瀬天然温泉) 五條つどの場 (体操)		
22	23	24	25	26	27	28
こんぴら朝市 9:00~12:00 (予定)		・生きがいデイ (手芸)		生きがいデイ (体操)		
29	30	31	1/1	2	3	4
	おせち料理配 達					
5	6	7	8	9	10	11
		・生きがいデイ (手芸)		生きがいデイ (体操)		

ちょっとこ場行事予定表 (12/15~1/11)

日	月	火	水	木	金	土
12/15	16	17	18	19	20	21
		スマホ教室 15時~	ひだまりクラブ			
22	23	24	25	26	27	28
			豊作会(写経) 10時~			
29	30	31	1/1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
		スマホ教室 15時~	豊作会(写経) 10時~		布で遊ぶ会	

☆1月の弁護士相談(要予約)は、1月22日(水)です。

☆成年後見相談会は毎月第2木曜日13時から15時です。(要予約)

各部署より

〈地域生活支援係〉

楽しく学んだ成年後見制度

＜成年後見制度研修会(令和6年度市民後見人フォローアップ研修)＞

11月8日、まんのう町民文化ホールにて『落語と寸劇で成年後見制度を学ぼう!』と題して中讃西圏域の1市3町合同による成年後見制度研修会を開催しました。

元警察官である眞鍋強氏による落語「手口を知ろう 特殊詐欺」とさぬき市市民後見人養成研修終了者で構成されている劇団「つむぎ」による「市民後見人 長谷川さん」の寸劇の2部構成でした。

当日は、琴平町から12名、総勢104名の参加者があり、参加者からは「詐欺の手口が昔と今とでは違っていることがよくわかった」「成年後見人の役割や心情がよくわかった」「楽しく学べてよかった。胸がいっぱいになった」等の感想がありました。



〈在宅福祉係〉



猛暑だった夏が嘘のように気温は下がり、だんだん紅葉も色づき始め、コスモスが見頃になりました。朝晩も寒くなり、起きるのが億劫になってくる季節。寒くなると、活動量が低下し、筋肉の衰え、冷えもでてきます。ちょっとした散歩等、外出の機会も減ってきます。

そんな状況を改善できるよう、移動支援事業のサービス等も含め、利用者さんと一緒にコスモスを見に行くなどの外出をしています。余暇活動で、活動量が増し、日常のメリハリをつくることで、生活リズムも整うと考えています。家でずっといるよりも、外に出て、五感で季節を感じてもらうことは大切なことだと感じています。単調になりがちな日々には季節感を加えること、何かを楽しみにワクワクすること、誰かに合う緊張感、次のイベントへの期待感など、心に与える刺激、いつも

と違うものを食べる、いつもと違う活動をするなどの身体に与える刺激と、『特別感』を味わうことで心身ともによい影響が得られることもあります。

また訪問時に、季節のお花、旬の食材、お出かけした話など聞かせてくださいね。

季節の移り変わりは素晴らしいですが、同時に風邪やインフルエンザ、ノロウイルスといった季節特有の流行り病もつれてきます。寒いとはいえ無理のない運動や外出、手洗いうがいを忘れずに…😊





〈地域包括支援センター〉

「こんなこと、あんなこと、ありませんか」

年の瀬も近づき、大掃除を始めた家もたくさんあると思います。
 そんな時、「不用品引き取ります！」と言われたらどうしますか？
 なかには、不用品ではない、まだ使えるような物まで引き取りをお願いしてしまったという高齢者の方もいました。
 他にも、訪問販売が来て断りづらくて、要らないものをついつい購入してしまったという事例もありました。

- ・一人暮らしの高齢者や高齢者のみの世帯は特に注意を！
- ・その場ですぐに契約しないこと！
- ・一人で悩むより早めに相談を！



みんなで協力して、被害を未然に防止！早期に発見！

＜総務経理課＞

生命保険協会香川県協会より 福祉巡回車両が贈呈されました。

この度、11月21日に福祉巡回車両贈呈式があり生命保険協会香川県協会より琴平社協に福祉巡回車両として贈呈されました。

琴平社協の保有車両は14台。内12台が軽車両。琴平町内の道路幅は狭い箇所が多く、訪問先の駐車場所も広い場所は少なく、小回りが利く軽車両の方が重宝されます。



今夏は猛暑もあり、車両の修理や部品交換の頻度が多くなっており、懸案事項となっておりました。
 そこに、生命保険協会香川県協会より新しい軽車両の贈呈が決定し業務を行っていく上で、まず1台の車両が安定して確保されることで、現在進めている「全世帯訪問」を含めて、あらゆる相談支援に活用していきたいと思います。

お知らせ

主催：琴平町

未来の琴平町を一緒につくろう！ 琴平町地域づくり懇談会第2弾

8月に行った琴平町地域づくり懇談会の第2弾を開催します。自分たちが暮らす琴平町について、参加者と一緒に考えてくれる会です。今回は、子育てを行っている若い世代等の皆さんを対象とします。ぜひご参加いただき皆さんの声をお聞かせください。

開催日時：令和7年1月30日（木）19:00～20:30

開催場所：琴平町総合センター大ホール

対象：子育て世代等

内容：説明・報告及びグループワーク

事務局：琴平町社会福祉協議会

申し込み：右記の二次元コードからお申し込みください。→



第50回チャリティー作品即売展 50回記念サプライズ企画！

12月8日（日）10時半にチャリティー会場にお越しください。対象：小学生以下

あなたの運転で、地域の暮らしをもっと便利に！ 運転ボランティア募集！



地域には、自分で買い物に行きたくても行けない方がいます。そんな方々のための買い物支援として、あなたの力を貸してください！月に1, 2回程度のご協力です。保険もかけますので、安心して運転できます。ご協力いただける方は、琴平社協までご連絡ください。

楽集館利用予定表（12/15～1/11）

日	月	火	水	木	金	土
12/15	16	17	18	19	20	21
	予約済	包括 13時～16時	包括 9時～12時		予約済 12時半～15時半	
22	23	24	25	26	27	28
予約済	予約済		包括 13時～16時		姿勢 無料施術 9時～17時	
29	30	31	1/1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
	予約済				姿勢 無料施術 9時～17時	

※楽集館をご利用の際は社協まで。

こんぴら朝市

SNS QRコード



琴平町共同募金委員会

SNS QRコード



ガアリック娘

Instagram 始めました。
フォローお願いします！

