

| | |
|----------|---------------------------------|
| 令和5年12月分 | |
| 回覧 | 出張スマホ教室 |
| 回覧 | 介護予防講演会 「コグニサイズで加齢と華麗に付き合おう」 |
| 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。



出張スマホ教室

(デジタル活用支援推進事業)



どなたでも
大歓迎

スマホ
貸し出しします!!

スマートフォンを使ったことがない方・初心者向けに**無料**で行うスマホ教室を実施いたします。つきましては、**全ての授業についてご参加いただける方のみご予約いただくようお願いいたします。**

ぜひ、この機会にお申込みをお待ちしております。

| | |
|------------------------|---|
| 実施日時 スケジュール 全3コマ | 令和6年2月21日(水) 午後1時30分から午後5時 1限目:LINEの使い方 午後1:30~午後2:30 2限目:インターネットの利用方法 午後2:45~午後3:45 (受付開始時刻は午後1時スタート!) |
| 講座内容 | インターネットの使用方法からLINEの基本まで |
| 会場 | 琴平町総合センター 2階 大ホール |
| 定員 | 15名 |
| 予約〆切 | 令和6年2月16日(金)午後5時 |
| 主催 | 琴平町 |
| 参加費 | 無料 |
| その他 | 予約人数が少数の場合中止させていただく場合がございます |

※申し込みに当たってのご不明点は下記にご連絡ください。

【問合先】琴平町企画防災課

電話 0877-75-6711 午前8時30分~午後5時(土日祝を除く)



まずは…

自分の体を自分でチェック!



筋肉量が減った状態を「サルコペニア」と言います。筋肉量が減ると、歩きにくくなったり、認知症の発症リスクも上がります。要注意の方は…

講演会に

参加しませんか?

指輪っかテスト



親指と人差し指で輪っかを作る

低 ← サルコペニアの可能性 → 高



閉めない



ちよつと閉める



隙間ができる

要注意

コグニサイズで加齢と華麗に付き合あおう

「コグニサイズ」とは…

頭と体を同時に動かす体操で、脳の機能の維持に効果があると注目されています。

脳の加齢と楽しく(?)付き合うために、コグニサイズを体験してみませんか。

体がいうことをきいてくれない…?! できなくて当然…?!

頭を混乱させて、笑いとばしましょう~(^.^)♪



◇と き : 令和6年 2月9日(金) 申込締切 : 2月2日(金)

午前10時~11時30分(受付 午前9時30分~)

◇ところ : 琴平町総合センター 2階大ホール

◇対象者 : 町内在住の住民

◇準備物 : 動きやすい服装・お茶など水分補給ができるもの

◇定員 : 45名(先着順)

参加費
無料

◇注意事項 : 当日、37.5度以上の発熱・体調不良の方は参加をご遠慮ください

問合せ・申し込み 地域包括支援センター ☎75-6880

申込方法:

- 電話での申込 75-6880へ電話
- FAXでの申込 89-5792へ下記の送信票を使いFAX



下記にご記入の上、矢印の方向にご送信ください。

FAX 送信票

琴平町地域包括支援センター 宛

FAX : 89 - 5792

介護予防講演会参加申込書

| | | |
|---|------------|--|
| 1 | フリガナ 氏名 | |
| | 住所 | |
| | 電話番号 | |
| 2 | フリガナ 氏名 | |
| | 住所 | |
| | 電話番号 | |
| 3 | フリガナ 氏名 | |
| | 住所 | |
| | 電話番号 | |

今回申込書で収集した個人情報は、他の目的で一切使用いたしません。



第49回チャリティー作品即売展開催しました！

12月2日(土)、3日(日)に第49回チャリティー作品即売展を開催しました。今年は、新型コロナウイルス感染症が5類に移行したことを受け、何の制限もなく開催することができました。実に4年ぶりです。2日間とも天気に恵まれて、大勢の方たちにお越しいただきました。

初日の午前8時30分過ぎ頃から総合センター2階に続く階段前に少しずつ列が作られていきます。「後5分なのでもうしばらくお待ちください」と言うのと「すごく楽しみなん！」お客様の顔が満面の笑みでした。そして9時になり「どうぞごゆっくりお楽しみください」の掛け声のもと、並んでいた列がみるみるうちに2階へと消えていきました。

今年はどうどんも復活です。初日は綾歌町のうどんボランティアグループの「碧空会」が手打ちうどんを用意してくれました。2日目は琴平・榎井婦人会がうどん販売に尽力。K³の皆さんが制服リユースを行い、多くの方に制服をご購入いただきました。JA香川県琴平支店からは野菜の詰め放題を、地域女性部はおにぎりを作って、花野菜の販売を行ってくれました。高松信金琴平支店は毎年チャリティーにご協力

いただき、ポップコーンの販売を。チームふれあいの皆さんが焼いた焼き鳥は大好評でした。町役場からも若手職員の皆さんが、くじ引き等を手伝ってくれたり、あかね保育園保護者会から手作りお菓子のご協力。商工会女性部のおでんは毎回大好評。琴平老人の家の職員の皆さんによる介護相談と手作り作品の販売を。象の里の商品はあっという間に売り切れ、コスモスの家のパンやクッキーの販売では、連日完売となる盛況ぶり。そして新たに「ささえ愛隊」の皆さんがたこ焼きの販売をしてくださいました。老人クラブが地元銘菓の販売で商品は全て売り切れ。総合センター2階に行くとはなの会がちりめん



待ちが出るほどの人気
お茶席(静風流)



子どもに大人気のおもちゃコーナー

細工の販売と薬剤師会によるお薬相談会の実施。ねむ工房の木工作品や綿製品の販売。象郷婦人会によるあかね保育園お手製ぜんざいと郷土料理の販売。琴平、榎井婦人会による日用雑貨や衣類の販売。民生委員児童委員協議会が書・絵画を提供してくださった方々の作品関係やアンティーク、電化製品等の販売に尽力。さらに、琴平中学校、琴平高校野球部の皆さんもチャリティーを盛り上げてくれました。実に1日約200人のボランティアスタッフによってこのチャリティー作品即売展が支えられました。今は

リサイクルショップ等が増えて、安くていい商品がたくさんある中で、チャリティー作品即売展では、決して安い商品ばかりではありません。ですが、このチャリティーの収益は琴平の地域福祉のために使われ、地域を良くしていこうという財源になります。みんなで集めて、みんな

で頑張って、琴平のまちを良くしていこう！というのがこのチャリティー作品即売展です。商品やお野菜等を提供してくれた皆さん、運営のご協力をしていただいた皆さん、そしてチャリティー作品即売展にお越しくくださった皆様、ありがとうございました！



いつも人で賑わっていた 日用品・衣類コーナー



朝から飛ぶように売れていた 花・苗コーナー

琴平町共同募金委員会
SNS QRコード



こんぴら朝市
SNS QRコード



ステーション行事予定表 (12/17~1/13)

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|------------------------------|-----|-----------------|-------|--|----|-------------|
| 12/17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 |
| | | ・生きがいデイ (手芸) | 弁護士相談 | ・チャリティー 反省会 10:00~ ・生きがいデイ (高瀬天然温泉) | | |
| 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 |
| 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) | | おせち料理 配達 |
| 31 | 1/1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| | | | | | | |
| 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 |
| | | ・生きがいデイ (手芸) | | 生きがいデイ (体操) | | |

☆1月の弁護士相談(要予約)は1月17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)

ちよつとこ場行事予定表 (12/17~1/13)

楽集館利用予定表 (12/17~1/13)

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|-------|-----|---------------|---------------------|----|----|----|-------|-----|---------------|---------------|----|----|-----------------------|
| 12/17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 12/17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 |
| | | スマホ教室 15時~ | ひだまりクラブ | | | | | 予約済 | 包括 13時~16時 | 包括 9時~12時 | | | 姿勢 無料施術 10時~17時 |
| 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 |
| | | | 喜作会 (写経) 10時~ | | | | 予約済 | 予約済 | | 包括 13時~16時 | | | |
| 31 | 1/1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 31 | 1/1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| | | | | | | | | | | | | | |
| 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 |
| | | | 喜作会 (写経) 10時~ | | | | | 予約済 | | 予約済 | | | |

※ちよつとこ場では、留守番をしてくれるボランティアさんを常時募集しています。

※買い物号運転ボランティアさん、ささえ愛隊隊員ボランティアさん募集しています。