

大口町地域包括支援センター便り



地域活動でいろいろなところもからだも元気に！

長引くコロナ禍において、外出自粛をされている方も多いと思いますが、人と交流する機会が減ったり、運動不足を感じることはありませんか？
感染予防対策をおこない、地域活動へ参加することで、もっと元気になりましょう！

いきいき100歳体操

おもりを使った筋力運動の体操です。日常生活で必要な動作、必要な筋力をアップする効果があります。



★参加者の声

足腰の筋力がついて、椅子からの立ち上がりが楽になりました。



体操のあとの交流も楽しめました。ここからからだの健康によいと思います。



▼豊田どんぐりこころ

毎週金曜日 午後1時30分から
(豊田学習等共同利用施設)

▼垣田地区 第1・3水曜日

午後1時30分から
(垣田集会所)

▼下小口地区 第2・4木曜日

午後1時30分から
(下小口学習等共同利用施設)

▼外坪いきいき100S

第1・3月曜日 午前9時から
(外坪学習等共同利用施設)

▼さつきヶ丘 第1・3土曜日

午後1時30分から
(さつきヶ丘防災センター)

▼ほほえみプラザ 毎週火曜日

一部 午前9時30分から
二部 午前10時30分から

※コロナ禍の影響により休止する場合があります。詳しくは地域包括支援センターまでお問い合わせください。



ふれあいサロン

お話をしたり、交流が楽しめる憩いの場です。住民やボランティアの皆さんが楽しみながらおこなっています。身近な場所である学習等共同利用施設や集会所などでさまざまなサロンが開催されています。

※コロナ禍の影響により開催状況など異なる場合があります。詳しくは大口町社会福祉協議会（☎94-0060）までお問い合わせください。

★参加者の声

引っ越して来て知り合いがいらない中参加しましたが、あたたかく歓迎してくれました。



皆さんで会話をしたり、楽しかったな、と思ってもらえる場所です。



問合せ先

大口町地域包括支援センター

☎94-2227

『体質改善！健康講座』

参加費無料

1 回のみ
参加もOK！

全 5 回



歩く姿勢を見直してアクティブに動き続けられる身体をつくろう！

日時 **7/13水・8/17水・9/14水・10/19水・11/9水**

午前9時30分から11時30分 (受付 午前9時15分から30分)

全 5 回

場所 ほほえみプラザ 1階 多目的室

内容 **講話** および **運動実技**

講師 健康運動指導士 長谷川弘道さん

対象 大町町にお住まいの方 (要予約・先着順)

持ち物 運動靴・動きやすい服装・タオル・お茶・筆記用具

申込みおよび問合せ先 健康生きがい課 ☎ 94-0051



みなさんの参加を
お待ちしております。



第2回 大町町・扶桑町合同

就職フェア 参加企業募集

令和5年3月大学等卒業予定者および既卒の求職者を対象とした企業説明会や就職支援セミナー等を扶桑町と合同で開催するにあたり、参加企業を募集します。

開催方式はリモート方式です(参加を希望する場合は、ウェブ環境が整わない等ございましたら、ご相談ください)。

日時 10月13日(木) 午後1時から4時
10分 ウェブ環境のある場所から参加できます。

募集企業数 両町各20社
※応募状況により両町間で調整させていただきます。

参加申込期限 7月19日(火) まで
申込方法 申し込み期限までに企業支援課まで電話かメールでお申し込みください。

主催 大町町・扶桑町
申込みおよび問合せ先
企業支援課 ☎ 95-1623
メール kigyoushien@town.oguchi.lg.jp

大口俳句会

花の人間将棋の駒光る

散歩道水田の畔に蛙鳴く

句作りや眠気を誘ふ籐の椅子

米糠と共に筍届きをり

手術日の決まる卯の花腐しかな

ふらここのかすかな鏝を握りたり

芙蓉句会

倒木に鳶の青さや岩跡

幼川と呼ばれし川や花棟

濡れ縁にひとひらの花貼りつきぬ

御旅所の山桜越し古墳見ゆ

白いろの花ばかり活け立夏かな

大町川柳クラブ

薬売り消えて昭和も遠くなり

正直に生きた証の友の数

年重ね人の心の内が読め

寝相までパパに似てきた子の育ち

アルバムに昔の恋が貼ってあり

いばるなよ特大岩魚釣った友

平本のり子

保浦佐代子

渡辺すみ子

安藤 克典

木村千代子

安藤 亮子

桑原 聡子

水野 邦子

大森恵美子

田中百百代

土川 照恵

吉田 雄亮

高橋あや子

安藤 久子

日比野文子

天野 信和

数皮 謙二