

10月15日～31日カレンダー

町内開催の行事・各種相談を掲載。「■」は
事前申込が必要、「→📄」は詳細の記事あり。

日・曜日	町民みなさん向けの内容 【☆】観光施設イベントは町外からも来場可能
15・日	山のふるさと村音楽祭(10:15～山のふるさと村)
16・月	■ぴよぴよ★ひろば「ベビーマッサージ」(10:30～きこりん) → 13📄・10/11 ☒
17・火	■高次脳機能障害相談(9:00～保健福祉センター) → 10📄・前日☒ 元気アップおきたま事業(13:30～大丹波会館:奥多摩病院理学療法士による体操) → 14📄
18・水	■ウエルカムランチ(11:30～氷川保育園:見学・給食試食) → 15📄・先着順 元気アップおきたま事業(13:30～棚沢コミュニティセンター:簡単な体操とミニゲーム) → 14📄
19・木	元気アップおきたま事業(10:00～梅沢コミュニティセンター:糖尿病予防について) → 14📄 ■心理・発達相談(10:30～きこりん・徳井臨床心理士) → 10📄・当日☒
20・金	■食育講習会(10:00～保健センター:調理実習・栄養講話) → 14📄・10/13 ☒
21・土	
22・日	
23・月	
24・火	■高次脳機能障害相談(9:00～保健福祉センター) → 10📄・前日☒
25・水	3歳児・1歳6か月児健診(13:20～・13:30～保健福祉センター) → 12📄
26・木	ヘルシー体操(10:00～福社会館) ■筋力向上トレーニング講習会(13:00～福社会館) → 14📄・定員に達しました
27・金	■心理・発達相談(10:30～きこりん・鎌田臨床心理士) → 10📄・当日☒
28・土	第38回奥多摩ふれあいまつり(10:00～奥多摩総合運動公園) → 4📄
29・日	第38回奥多摩ふれあいまつり(10:00～奥多摩総合運動公園) → 4📄
30・月	ヘルシー体操(14:00～福社会館)
31・火	■高次脳機能障害相談(9:00～保健福祉センター) → 10📄・前日☒

《今月の納期10/31(火)》町・都民税第3期分

国民健康保険税・介護保険料・後期高齢者医療保険料 各第4期分

地

域包括支援センター

～高齢者の総合相談窓口～

高齢者や家族のみなさんが、住み慣れた町で安心して暮らしていけるよう、支援をしています。相談は無料、プライバシーは厳守されますのでお気軽にご相談ください。

こんなときにはご相談ください

- 介護保険のサービスを利用したい
- 家族の介護で悩んでいる
- 近所に心配な高齢者がいる
- 最近足腰が弱ってきた

- 最近もの忘れが心配になってきた
- 家ででの生活を続けられるか不安だ…
- お金の管理や契約に自信がない…
- 地域でお茶飲み会や体操教室をやりたい など



認知症の
相談窓口

☎こちら地域包括支援センターでおこなっております。
認知症は早めに相談することが重要です！
心配なことがあればお気軽にご相談ください。



↑ホームページ

0428-83-8555

【受付】月曜日～金曜日
午前8時30分～午後5時15分

【場所】保健福祉センター内(奥多摩病院隣り)
※ご都合に合わせて、電話、来所、訪問による相談をお受けします。