

## 8月1日～15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 【☆】 観光施設などイベントは町外からも来場可能
1・火	■高次脳機能障害相談 (9:00～保健福祉センター) → 12 ㄱ・前日ㄱ
2・水	
3・木	ヘルシー体操 (10:00～白丸生活館) ■心理・発達相談 (10:30～きこりん・徳井臨床心理士) → 12 ㄱ・当日ㄱ
4・金	ママ♥ヨガ (10:00～文化会館) → 17 ㄱ・託児希望者 8/1 ㄱ 元気アップおくとま事業 (13:30～境生活館：奥多摩病院の理学療法士による講話) → 22 ㄱ
5・土	
6・日	
7・月	マイナポイント申込支援臨時窓口 (9:15～役場) → 10 ㄱ
8・火	
9・水	■高次脳機能障害相談 (9:00～保健福祉センター) → 12 ㄱ・前日ㄱ 1・2・4・5歳児歯科健診 (13:00～保健福祉センター) → 13 ㄱ ■乳幼児歯科相談 (お約束表記載の時間に受付～保健福祉センター) → 13 ㄱ
10・木	人権身の上・行政相談 (13:00～福祉会館) → 12 ㄱ 弁護士法律相談 (13:00～福祉会館) → 12 ㄱ
11・金	■森林セラピー事業：親子溪流釣り&奥集落ウォーク → 26 ㄱ・7/20 ㄱ先着順 ■在宅障害者自立生活サポート事業 (9:30～保健福祉センター) → 21 ㄱ・8/1 ㄱ
12・土	
13・日	
14・月	絵本といっしょ (11:00～きこりん) → 17 ㄱ
15・火	■高次脳機能障害相談 (9:00～保健福祉センター) → 12 ㄱ・前日ㄱ
<p>&lt;8月末までの主なイベント&gt;</p> <p>17日 (木) ■心理・発達相談 (10:30～きこりん・徳井臨床心理士) → 12 ㄱ・当日 ㄱ</p> <p>21日 (月) ■ぴよぴよ★ひろば「ベビーマッサージ」 (10:30～きこりん) → 17 ㄱ・8/17 ㄱ ヘルシー体操 (14:00～福祉会館)</p> <p>23日 (水) マイナポイント申込支援臨時窓口 (9:15～文化会館) → 10 ㄱ</p> <p>25日 (金) ■心理・発達相談 (10:30～きこりん・鎌田臨床心理士) → 12 ㄱ・当日 ㄱ</p> <p>30日 (水) ■森林セラピー事業：登計トレイル森林セラピー&amp;藍の生葉染め体験 → 26 ㄱ・7/20 ㄱ先着順</p> <p>31日 (木) ヘルシー体操 (10:00～文化会館)</p>	

家族介護者教室事業  
参加者募集のお知らせ  
体に優しい介護

日にち：7月31日(月)  
時間：13:30～15:00  
会場：文化会館  
多目的ホール

### 楽に体の向きを変える方法

介護で大変なのは、腰をかがめ行う介助ではないでしょうか。寝ている人の向きを変えたり、足の方に下がってしまった体を持ち上げたり、長時間同じ体勢での介護は大変です。介助者にとって楽な介護は受ける側も楽です。

少しでも楽しく介護ができるように一緒に練習しましょう。



【定員】10名  
【参加費】無料

要予約

【申し込み・問い合わせ】

☎0428-83-8555

奥多摩町地域包括支援センター (担当：中村)