

### 介護予防サロン

#### 脳いきいき健康サロン

**日時** 1月11日(水) 13時30分～15時  
**会場** いきいき4・6 2階リラックスルーム  
**対象** 町内在住で65歳以上の方  
**内容** テーマ「認知症とお酒」  
 昔から「酒は百薬の長」と言いますが、果たして本当にお酒は体に良いのか？悪いのか？をお話します。

**参加費** 無料（予約不要）  
**詳細** 白老高齢者複合施設 ☎82-2200

#### 元気サロン

**日時** 1月5日(木) 13時30分～15時  
**会場** 北吉原ふれあいプラザ  
**対象** 町内在住で65歳以上の方  
**内容** 簡単な体操、新春魚釣りゲーム、脳トレ言葉探しゲーム

**参加費** 無料  
**申し込み** 送迎希望の方は下記へ連絡してください。  
**詳細** 社会福祉法人 優和会 ☎83-4240

#### すこやかサロン

**日時** 1月31日(火) 10時～11時  
**会場** 虎杖浜生活館  
**対象** 町内在住で65歳以上の方  
**内容** 作業療法士指導による健康体操、看護師による血圧測定や健康相談など（十分に感染対策を行います）。

**参加費** 無料  
**申し込み** 送迎希望の方は下記へ電話してください  
**詳細** 社会福祉法人 天寿会 ☎87-2611

#### 社台サロン

**日時** 1月6日(金) 「お薬座談会」  
 2月3日(金) 「骨粗しょう症」  
 時間はいずれも10時～11時30分  
**会場** 社台生活館  
**対象** 町内在住で60歳以上の方  
**参加費** 無料  
**定員** 各講座15人  
**申し込み** 直接会場へ来てください。送迎希望の方は前日の15時までに連絡してください。  
**詳細** NPO法人ウテカンパ  
 ☎080-1874-3624  
 （平日9時～16時）

### 認知症カフェ

#### オレンジかふえ

**日時** 1月13日(金) 13時～14時30分  
**対象** 一般  
**内容** テーマ「認知症の方の「声」を聴こう」  
 認知症を患うと、周りの支援者は家族のことも含めて考えることが一般的です。その前にまずは認知症の当事者である「本人の声」を聞くことが大切です。今月は「本人の声」を聞くためにはどうする事が良いのかを皆さんと話し合いたいと思います。

**日時** 1月17日(火) 13時～14時30分  
**対象** 認知症の方と家族の方  
**内容** 主に家族の認知症介護の悩みや介護負担の軽減、介護の仕方、気持ちの整理など幅広く悩み相談を受けます。お茶菓子も用意していますので気軽に参加してください。出入りは自由です

#### ＜共通項目＞

**会場** いきいき4・6 2階リラックスルーム  
**参加費** 1回100円（予約不要）  
**詳細** 道央佐藤病院  
 大谷 ☎090-3114-6620

#### どんぐりカフェ

**日時** 1月12日(木) 14時～15時30分  
**会場** 萩野生活館  
**対象** 一般  
**内容** 認知症の予防につながる習慣や早期対応について、資料を使ってお話します。  
**参加費** 100円  
**申し込み** 送迎希望の方は下記へ連絡してください。  
**詳細** 社会福祉法人 優和会  
 大磯 ☎83-4240

#### 社台カフェ

**日時** 1月20日(金) 10時～12時  
**会場** コミュニティカフェ「ミナパチセ」（社台191-10）  
**対象** 一般  
**内容** 「認知症世界の歩き方」  
**参加費** 無料  
**定員** 10人  
**申し込み** 直接会場へ来てください。送迎希望の方は前日の15時までに連絡してください。  
**詳細** NPO法人ウテカンパ  
 田村 ☎080-1874-3624  
 （平日9時～16時）

## 御成人おめでとうございます

この晴れやかな日を、写真に残しませんか。  
 ゆっくりご自由に撮影が出来る  
 予約前写しをおすすめ致します。

2枚1組 12,960円  
 3枚1組 16,200円  
 技術料、台紙込み

※成人式当日の予約は受け付けておりません。ご来店の際に撮影させて頂きますのでご了承下さい。



カメラ撮影の **志らくみ** 白老町東町 白老郵便局前  
 TEL82-2617

## トリミング予約受付中!!

【年末年始の休診のお知らせ】

12/30 (金) 午後～ 1/4 (水)

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
9:00～12:00	○	○	/	○	○	○	○
15:00～19:00	○	○	/	○	○	○	/

※受付は30分前にて終了させていただきます。

☆うちのアイドル☆



グリコちゃん

(掲載ご希望の方ご連絡ください)



**ピノ動物病院**

院長 原田卓央  
 白老町本町1-4-13 (線路沿い)

ピノ動物病院

検索

ヨシワンワン

TEL.85-4411