



# 社協通信 No.146 コロボ

発行日/令和4年4月15日  
発行・編集 社会福祉法人六戸町社会福祉協議会  
住所 〒039-2371  
六戸町大字犬落瀬字柴山3-9  
電話 0176-55-2943  
FAX 0176-55-2947  
E-mail rokunohe.shakyo.03@gaea.ocn.ne.jp  
ホームページ http://www.rokunohefukusi.jp/



ふれあいいきいきサロン ★元気アップポイント 30ポイント

サロン	場所	日時	内容
長谷サロン	赤石公民館	5月9日(月) 10:00~14:00	転倒予防教室/昔話
みなみサロン	南町(一)公民館	5月9日(月) 9:30~12:00	創作活動
上町サロン	上町公民館	5月11日(水) 10:00~12:00	健康体操
上吉田サロン	上吉田公民館	5月15日(日) 10:00~12:00	ゲーム・体操
小松ヶ丘サロン	小松ヶ丘中央公園	5月23日(月) 10:00~12:00	グラウンド・ゴルフ
大曲サロン	舘野公園※雨天公民館	5月27日(金) 9:30~12:00	グラウンド・ゴルフ

※新型コロナウイルス感染症の状況により中止する場合があります。

## 心配ごと相談日

生活の中で心配なことやお悩みはありませんか?ひとりで悩まず、まずはお気軽にご相談ください。秘密は守ります。

■時間 9:00~12:00

■場所 老人福祉センター図書室



期日	相談員
5月10日(火)	人権擁護委員 田澤孝三郎
5月24日(火)	行政相談委員 田中茂樹

24日(火)は行政相談日です。

※担当相談員は予告なく変更する場合があります。

## 老人福祉センター入浴日

	5月6日(金)
5月10日(火)	5月13日(金)
5月17日(火)	5月20日(金)
5月24日(火)	5月27日(金)
5月31日(火)	



★入浴時間 10:00~15:00

★入浴は60歳以上の町民であれば誰でも無料で利用できます。 ※入浴道具は持参ください。

★火曜日 10時から「ラジオ体操」

★金曜日 10時から「元気はつらつ教室」を実施しています。

※新型コロナウイルス感染症の状況により入浴を休ませていただく場合があります。

## フリーウォーキング

### ウォーキングの効果

- ・生活習慣病の予防・改善
- ・ダイエット効果
- ・リラックス効果
- ・ストレスの解消
- ・睡眠の質の向上 など



ウォーキングは脂肪燃焼効果が高いため、継続すると肥満の解消につながると言われています。

また、中性脂肪の減少や血圧・血糖値にも良い影響を与えるため、生活習慣病の改善や予防効果も認められています。

仲間と一緒に町内を散策してみませんか?

●日時 毎週火曜日 10:00

●集合場所 舘野公園南側入口

●申込み 不要です

●持ち物 動きやすい服装、飲み物、タオルなど

●その他 ろくのへ元気アップポイント対象

高齢者の生きがいと健康づくり推進事業

# 令和4年度 いきいき グラウンド・ゴルフ大会 (春)



★と き 令和4年5月25日(水) 9:40集合

※小雨決行、雨天の場合は5月30日(月)に延期

★ところ 舘野公園南側

☆対象 おおむね60歳以上の町民

☆参加費 無 料

☆表彰 一般の部・協会の部 1位～6位(後日賞状をお渡しします)

※新型コロナウイルス感染症拡大を考慮し、表彰式は行わず全員に参加賞をお配りいたします。

☆持ち物 ・グラウンド・ゴルフのクラブ、ボール ※無い方には無料でお貸しいたします。

・マスク着用、できるだけ飲み物をご持参ください。

☆申込み 5月13日(金)まで

・六戸シニアクラブ会員、町グラウンド・ゴルフ協会会員は各団体へお申込みください。

・一般の方は六戸町社会福祉協議会までお申込みください。

☆その他 天候不良による延期の判断は当日朝8:00に行いますので、下記までご連絡ください。



電 話 55-2943 / FAX 55-2947

メール rokunohe.shakyo.03@gaea.ocn.ne.jp



## 令和4年3月 福島県沖地震災害義援金募集のお知らせ

令和4年3月16日に発生した福島県沖地震により被災された方々の支援を目的に、宮城県共同募金会と福島県共同募金会では義援金の募集を行います。

■受付期間 令和4年6月30日(木)まで

■義援金の受入れ先



### 宮城県共同募金会

(1) 銀行振込

- ・金融機関 七十七銀行 県庁支店
- ・口座番号 普通預金 5016839
- ・口座名義 宮城県共同募金会令和4年3月  
福島県沖地震災害義援金  
会長 加藤睦夫

(2) ゆうちょ銀行

- ・口座番号 00190-1-364563
- ・口座名義 宮城県共同募金会令和4年3月  
福島県沖地震災害義援金

※ゆうちょ銀行又は郵便局窓口からの振込は  
期間中の振替手数料は無料

### 福島県共同募金会

(1) 銀行振込

- ・金融機関 東邦銀行 渡利支店
- ・口座番号 普通預金 443001
- ・口座名義 社会福祉法人福島県共同募金会  
会長 只野裕一

(2) ゆうちょ銀行

- ・口座番号 00110-0-293734
- ・口座名義 福島県共同募金会令和4年3月  
福島県沖地震災害義援金

※ゆうちょ銀行又は郵便局窓口からの振込は  
期間中の振替手数料は無料