

元気未来っ子

1歳6か月児

()内は保護者名
※希望された方を掲載しています。



上林 ^{あきら}旭くん
(貴人)



川村 ^{なのか}菜乃佳ちゃん
(憲正)



田中 ^{ゆり}結梨ちゃん
(健太)



小川 ^{こうへい}航平くん
(輝)



天田 ^{ここね}心羽ちゃん
(裕幸)



古川 ^{かずき}和樹くん
(咲)

地域包括支援センターからのお知らせ

いきいき元気あつぷ 健康体操教室日程

9:45~受付 10:00~11:30体操教室

	中央公民館	東公民館	西春別 ふれあい センター
9月	13日(木)	11日(火)	18日(火)
10月	11日(木)	9日(火)	16日(火)

※会場の都合や天候により予定を変更することがあります。

高齢となっても健康寿命を延ばし地域でいきいきとした生活が送れることを目標として、月1回、運動指導や健康維持に関する教室を開いています。

認知症予防にもつながる「脳活性化を意識した運動」も行います。

参加
対象者

- ①65歳以上の方。体力、気力の低下が気になる方。
 - ②誰かと一緒に運動したり、健康寿命を延ばす活動してみたい方(64歳以下でも可)。
- ※健康チェックは行いませんので、体調に不安のある方は事前に主治医への確認をお願いします。

参加費
無料

地域包括支援センターは、高齢者の介護や生活の困り事の総合相談窓口です。

■申込み・問合せ/TEL79-5500(直通) 役場1階福祉部内

地域情報カレンダー

(8月24日現在)

日	曜日	イベント内容
9/12	水	優良運転者免許更新時講習 交流館ぶらと 13:30~ ※受講の際は、事前に中標津警察署で更新手続きをしてください。
15	土	第49回別海町産業祭 別海町農村広場 両日10:00~ 雨天決行
16	日	
10/7	日	第40回 別海町パイロットマラソン 町営陸上競技場 フルマラソン 10:00スタート 5Km 10:45スタート
10	水	優良運転者免許更新時講習 交流館ぶらと 13:30~ ※受講の際は、事前に中標津警察署で更新手続きをしてください。
14	日	第58回 西別川あきあじまつり 別海新港特設会場 10:00~(予定)

社会保険事務
相談所開設

9月4日(火)
13:00~17:00

9月5日(水)
9:00~14:00

10月2日(火) 13:00~17:00

10月3日(水) 9:00~14:00

中標津町役場 会議室

※完全予約制となり、

事前の予約が必要です。

予約先/釧路年金事務所

TEL0154-61-6000