

よろず



# まっがおか通信



第15号 社会福祉法人伸生会  
平塚市高齢者よろず相談センターまっがおか  
発行責任者：田中朝子

平塚市高齢者よろず相談センターは、平塚市から委託された公的な相談窓口です。  
市内にお住いの高齢者の皆様が安心して生活できるようにお手伝いさせていただく、  
高齢者のご家族の皆様、地域の皆様の身近な相談窓口です。

担当地区：東中原、新町、大原、中原3丁目1～19番

## よろず相談センターまっがおかの職員です

認知症地域支援推進員  
濱田

保健師  
小島

社会福祉士  
齊藤

主任ケアマネジャー  
田中

保健師の小島百合恵です。育児休暇をいただいておりましたが、  
5月から復職いたしました。どうぞよろしくお願いいたします。

健康に関する相談やお薬相談、フレイル予防に関することを担当して  
おります。お気軽にご相談ください。

お 気 軽 に ご 参 加 く だ さ い !



## 大原地区で青空体操が始まりました!

東中原、伊勢山に続いて大原でも青空体操を行います!

内容はラジオ体操、口腔体操、コグニサイズ(脳トレ)、ダンス等です。

週に一回、皆さんで楽しく体を動かしませんか?(^^♪)

名称:いきいきおおはら

日時:毎週火曜日10:00~10:40(雨天中止)

場所:大原公園遊戯ひろば(スカイハイツ西側公園)

持ち物:軽快な服装と靴、飲み物、汗拭きタオル

問い合わせ:ふれあい広場おおはら(34-9049)



認知症カフェ

### 喫茶まつがおか



認知症の事をゆったり語り合うカフェ

「喫茶まつがおか」を奇数月第3木曜日に開催しています。認知症のある方や介護家族、専門職や地域の方にゆったりと過ごしていただける場所です。専門職がいるので、認知症に関する相談や情報収集ができます。ご興味のある方は、下記番号までお気軽にお問合せください!

松が丘公民館

10:30~12:00

次回⇒ 7月18日(木)  
9月19日(木)  
11月21日(木)  
令和7年1月16日(木)  
3月20日(木)

### 脳と体の健康チェック実施中!

画面に触れて、簡単な質問に答えるだけで、脳の健康チェックができます。また、心身機能の衰えがないかチェックできる基本チェックも行っています。お申込み、お問い合わせはよろず相談センターまつがおかまで♪

無料  
要予約



寄り道サロンを開所しています♪

●事前予約制 お気軽にお電話ください。

開所時間:10:00~16:00



平塚市高齢者よろず相談(地域包括支援)センターまつがおか

連絡・問い合わせ先:0463-35-4465 東中原2-2-59

営業日時:月曜日~金曜日 8:30~17:30