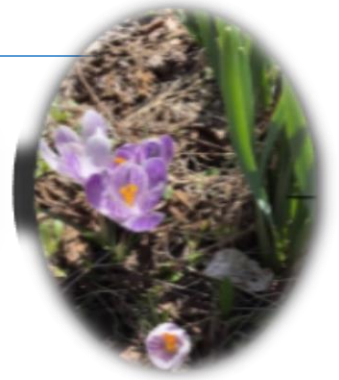




自宅でできる通いの場



通いの場とは、地域でつながり、生きがい、
やりがいを持ち、心も体も健康に、誰もが気軽に参加



できる場所です。住み慣れた地域で、みなさんで、繋がり、笑い
ながら一緒に過ごすことで、「寝たきりにならず」、「孤独にならず」、
誰もが自分らしくいつまでも地域で暮らし続けられる、支え合いの
「わ」をみんなで作ります。現在 21 ヶ所の通いの場の登録があり
ます。

残念ながら、今 新型コロナ感染予防のため活動を中止しています。通いの場の再開ができ
たとき、以前と同じように皆さんに参加して頂けるように、心も体も健康に過ごせるように、
自宅でできる通いの場を、通いの場登録講師の皆さんにご協力頂き、プログラムを作成しま
した。新型コロナウイルスに負けないためにも、**手洗い・うがい・しっかり食べて、体
も動かし、睡眠をとり、免疫力を上げる**ために活用して頂ければと思います。

(問い合わせ)

軽井沢町保健福祉課 地域包括支援センター

☎ 45-3269

