

おとなの寺子屋

寺子屋で学び、認知症を予防しましょう

脳の健康を保つためには、バランスのとれた食事、十分な睡眠に加え、日頃から脳の活性化を図ることが大切です。

おとなの寺子屋では、読み書き、計算、体操などを通じて楽しみながら脳のほたらきを活性化し、認知症を予防します。

参加希望の方は、申し込みの後、保健師が面談を行います。

■申込・問合せ

福祉課福祉係（地域包括支援センター）
☎ 574・2214

問合せ先

役場福祉課福祉係
（地域包括支援センター）
☎ 574・2214



通学部

- <対象> 物忘れが気になる高齢者
- <場所> 福祉活動拠点施設「ひだまり交流館」
- <日程> 令和7年4月から令和8年3月までの第2・4火曜日
- <時間> 10:00～12:00
- <内容> 国語・算数等の脳トレ授業、レクリエーション
- <定員> 20名
- <送迎> 必要な方は送迎します。
- <参加料> 1回300円
※現在参加されている方は、申込み不要です。

通信部

通所が困難な方を対象に脳トレ教材の配付・回収・採点を行っています。
（月2回、1回200円）
お気軽にご相談ください。

地域まるごと元気アップ教室

自分に合った体操教室を選びます

足腰を鍛えてしっかり歩きたい、楽しみながら物忘れを予防したい、そんな方のために運動教室を開催しています。

3種類の教室から、ご自身の体力に合った教室を選びます。体験参加もできますので、まずは福祉課へお問い合わせください。

■申込・問合せ

福祉課福祉係（地域包括支援センター）
☎ 574・2214

問合せ先

役場福祉課福祉係
（地域包括支援センター）
☎ 574・2214

〈Aクラス〉9:30～11:00

座りながら焦らずのんびり鍛えます。

〈Bクラス〉12:30～14:00

たくさん歩いて元気よく鍛えます

〈Cクラス〉14:00～15:30

.....座ってゆっくり笑顔で鍛えます.....

- <対象> 筋力・体力の低下が心配な高齢者
- <場所> ひだまり交流館（茂岩栄町）
- <日程> 毎週木曜日（初回は令和7年4月3日）
- <内容> ・血圧測定
・運動（体操・歩行運動・筋力トレーニング・レク等）
- <講師> NPO ソーシャルビジネス推進センター
健康運動指導士 林 美里 氏
- <参加料> 毎月1,000円
- <送迎> ご家族の送迎、バス利用が困難な方はご相談ください

※通院中の方や体に痛みのある方は参加について主治医にご相談ください

※介護認定を受けている方は担当ケアマネジャーにご相談ください

駐在だよりはるにれ

～みんなでつくろう 安心なまち～

問合せ先

池田警察署 ☎ 572・0110
茂岩駐在所 ☎ 574・2013
豊頃駐在所 ☎ 574・2151
大津駐在所 ☎ 575・2002

地域安全ニュース

問合せ先

池田警察署
☎ 572・0110

進学・進級時における少年の非行・犯罪被害防止と有害環境の浄化

○万引きは犯罪！

- ・万引きの見張りや命令も犯罪です。
- ・盗んだ物を買うことや、もううことも犯罪です。

○お酒やたばこは20歳になってから！

- ・20歳未満の飲酒やたばこは、心身への悪影響が大きいので禁止されています。

○大麻は脳に影響を与える違法な薬物です！

- ・大麻の使用を誘われたら、最初にきっぱり断ろう。

- ・断りづらいときは、その場から離れましょう。

○犯罪実行者募集情報に応募しない！

- ・SNSで募集されている「闇バイト」は犯罪です。

- ・楽して大金を稼げるアルバイトは存在しません。

在しません。

- ・現金や書類を受け取ったり、ATMから現金を引き出したりするバイトは、特殊詐欺の可能性にあります。

○インターネットの世界は危険がいっぱい！

- ・インターネットで知り合った人が「会いたい」「写真を送ってほしい」と言ってきたときは、すぐに家族に相談しましょう。

- ・インターネットを安全・安心に使うためにフィルタリングを使いましょう。

- ・SNS等へ書き込んだり写真を掲載する際には、掲載してよいか立ち止まって考えましょう。

自分自身を守るための3つの約束

- 1 出会いを求める内容を書かない！
- 2 個人情報や写真は掲載しない！
- 3 ネット上で知り合った相手とは会わない！

北海道警察官募集中！

北海道は私たちが守る

- 採用予定人数 250名程度
- 男性A区分 140名程度
- 女性A区分 50名程度
- 男性B区分 40名程度
- 女性B区分 20名程度

○受験資格

A区分：学校基本法による大学（短期大学を除く。）等を卒業した者（令和8年3月末日までに卒業見込みの者を含む。）

B区分：A区分以外の者（学校教育法による高等学校に在学中の者を除く。）

年齢：平成5年4月2日から平成20年4月1日に生まれた者

○受付期間

3月1日から3月31日まで

○第1次試験

4月27日（日）

○第2次試験

6月上旬～中旬

詳しくは、北海道警察ホームページや北海道警察本部採用センターのSNSをご覧ください！

絶対に応募してはいけません

応募してしまったら警察に相談

↓ 警察相談電話「#9110」

「簡単な副業」実は詐欺

『SNS「交流サイト」の投稿に「いいね」を押すだけで簡単な作業で金を稼げる。』と甘い話で誘ってくる詐欺が発生しています。

□次のような巧妙な手口を使っています。

若い女性の被害が多いです。

- ① 突然に投資の勧誘を受ける！
 - ② 簡単に稼げる！
 - ③ 絶対に儲かることを強調してくる！
- ※お金を稼ぐはずなのに、振り込みを求められたら詐欺を疑いましょう。

自分は大丈夫だと思わず、用心しましょう。



【令和6年度標語コンクール大賞】
おじちゃん 私はオレなど使わない

豊頃中学校 衣原 礼実さん

【令和6年度標語コンクール大賞】
その手には スマホではなく

豊頃中学校 成澤 瑚音さん

【令和6年度標語コンクール入選】
犯罪は 相手も自分も 傷つける

豊頃小学校 小林 千紗さん