

発行者：第1層生活支援コーディネーター
事務局：加東市健康福祉部高齢介護課
(地域包括支援センター)

TEL: 0795-43-0431
FAX: 0795-42-1735



兵庫県初！ウエルシアの移動販売はじまる

6月30日からウエルシア薬局の移動販売車「うえたん号」が運行を開始しました。毎週月曜～金曜、市内44か所で運行しています。食料品や日用品をはじめ、健康食品や化粧品(※医薬品、お酒については要予約)も取り扱っています。

皆さまお誘いあわせのうえ、ぜひ一度のぞいてみてください♪



▶売れ筋商品

ハマダ

骨にカルシウムウエハース
36枚



大正製薬

リポビタンD
100ml×10本



こちらも人気です



どらやき

▶おすすめ商品

ロコベースリペアクリーム
(ハンドクリーム)

1回塗るだけで保湿効果抜群!
リップも売っています



アベンヌトリクセラ NT フルイドクリーム
(ボディクリーム)

生後1か月から使用可能です
保湿効果抜群!



▶利用者の声

ふだんはコープさんが来てくれるから困らへんけど、ちょっとお菓子を買ったりするんが楽しみや♪

店まで行くのは遠い
から、近くに来てく
れたら助かるわあ



事前に電話で注
文しといたら、届
けてくれるで~

▶まちかど体操教室とコラボ

9ヶ所の停留所は、まちかど体操の終了時間に合わせています。
体操のついでに買い物ができる、とっても便利！



▶薬剤師・管理栄養士の出前講座

ウエルシア薬局の薬剤師さん、管理栄養士さんによる出前講座も順次開催しています。お薬の飲み方や食事の摂り方など、これからも健康で過ごすために欠かせないお話がたくさんあり、参加された皆さん興味津々な様子で耳を傾けていらっしゃいました。

ホットな場所！！

地域のお宝、発見！



◎東条地域「健康マージャン」

とうじょう夢俱楽部（社協ボランティア登録団体）が主催となり、健康マージャンが
毎月第4木曜日 9時30分～12時まで東条公民館にて開催されています。



健康マージャンは、賭けない、飲まない、吸わないの三原則を守って行う
マージャンのことです。マージャン未経験の方でも、お一人でも参加できます。
この健康マージャンを通して、地域の方同士で交流を深め、楽しく健康づくりができる場所として
地域の輪が広がっています。

◎社地域 平木地区「パッチワーク」

平木地区では、月に1回パッチワークの活動を行っています。
この活動は、4～5年前に「シニアクラブの活動だけでなく、
何か他にも始めたい」という思いからスタートしました。
現在は毎月5名ほどが集まり、わからないところは教え合いながら、
和やかな雰囲気の中でおしゃべりを楽しみつつ、それぞれの作品づ
くりに取り組んでいます。



パッチワークは亡き夫や母が着ていた服の布をリメイクし、作品として新しい形に生まれ変わらせて
ることで、思い出を形として残すことができます。また、手を動かすことは頭の体操にもなり、
参加者の皆さんにとって良い刺激になっています。
パッチワークだけでなく、たわいもない話をしたり、一緒にご飯に行ったりと、
ここが皆さんの元気の源となる大切な場所になっていると感じました。

