



ツドイノバ

地域の集いの場に参加してみませんか？

気軽に長～く
続けて欲しいから

トリプルパワー!!

*** 脳活成分**

認知症予防に有効

*** 元気成分**

健康機能維持に有効

*** つながり成分**

支え合いに有効



用法・用量：週1回が理想
継続的にご利用ください

効果

- 知り合いが増える
- 元気になる
- 趣味が増える
- 知識が増える
- 情報交換ができる
- 安否がわかる

ツドイノバ
集いの場の相談は、生活支援
コーディネーターへ

参加者の 声が続々



みなさんと話しながら
活動できるので楽しいです。
行っている活動に関することで
目標ができました。達成できるよう
にしていきたいです。

普段一人暮らしで、
出かけることは少ないです。
歩いて行ける身近な場所で、
みなさんと活動したり話したり
できるのは楽しいです。



生活支援コーディネーターとは…

だれもが住みなれた地域で生活していくために地域の
皆さんと一緒に考え、支え合いの活動づくりを応援します。

社会福祉法人
茅野市社会福祉協議会

● 地域福祉活動推進係
電話：0266-73-4431

生活支援コーディネーター(各保健福祉サービスセンター内)

- 中部(ちの・米沢・中大塩) 電話：0266-82-0360
- 西部(宮川・金沢)…………… 電話：0266-82-1328
- 東部(玉川・豊平・泉野) …… 電話：0266-82-1521
- 北部(湖東・北山)…………… 電話：0266-77-3172

あっちの こっちの chino

vol.2

2020年3月

～共助の大切さ まずは、おとなりさんから～

日頃のあいさつや見守り、お茶のみ、おすそわけ、

ひと昔前には、みなさんの周りにはありましたよね。

そんな自然な支え合いや集いの場が、みなさんの近くにありますか。

もう一度、おたがいさまの気持ちをいっしょに考えてみましょう！

そのきっかけとして、茅野市内の活動を紹介します。



- 北大塩区…習字の会
- 金沢地区…寺カフェ
- 湖東地区…ストレッチ体操の会
- 泉野地区…穴倉運営委員会
- 宮川地区…メリーパークのベンチ