

買い物支援事業のご案内

高山村社会福祉協議会では、毎月買い物支援事業を実施しております。日常的な買い物に困難を抱えている方、または地域交流を兼ねながら参加してみたい方、ぜひご利用くださいますよう、お知らせいたします。

●期日・方面

令和8年

- 1月7日(水) 中之条町(ヤオコー・マツキヨ)
- 2月4日(水) 中之条町(ヤオコー・マツキヨ)
- 3月4日(水) 沼田市(フレッセイ・セキチュー)

●買い物時間 午後2時～3時頃まで

●送迎

送迎につきましては、ご自宅付近を予定しております。

●参加対象者

- ①日常の買い物で不自由をしている方
- ②1人で車の乗降ができる方
- ③地域福祉事業に参加してみたい方

●申込み

実施日の1週間前までにご連絡をお願いいたします。

●その他

- ①参加希望者が多い場合には、事務局にて調整させていただく場合がございます。
- ②状況により、行き先変更や中止となる場合がございますが、ご了承ください。
- ③エコバッグをお持ちの方は、ご持参ください。



この事業につきましては、共同募金の配分金が充てられる予定です。



《お問い合わせ先》 高山村社会福祉協議会 ☎0279-63-2075

喫茶すまいる

～みんなが笑顔になれる居場所～

高山村社会福祉協議会では、「喫茶すまいる」を開催いたします。

たまには、ひと息入れながら仲間とおしゃべりをしたり、悩みごとを共有したり、ボランティアをしたい方やボランティアを必要とする方、誰でも気軽に交流できる、心地よい居場所を心掛けています。皆さまのお越しを美味しいコーヒーと一緒に待ちしています。

●開催日

令和8年1月16日(金) 午後1:30～3:00
2月13日(金)
3月13日(金)



●場所

交流施設 なごみ

●参加費

無料

※送迎をご希望される場合は、予約連絡をお願いします。



この事業につきましては、共同募金の配分金が充てられる予定です。

《お問い合わせ先》

高山村社会福祉協議会 ☎0279-63-2075

健康ガイド

「こころの健康相談」のご案内

眠れない、ゆううつ、お酒を飲む人が変わる、物忘れ、ひきこもりなど、こころの悩みがあり相談したい方を対象に、精神科医師による相談を実施いたします。

●日時 1月22日(木)

午後2時から(予約制)

●場所 いぶき会館(3階)

※相談は、予約制です。相談を希望される際は、

1月19日までに保健福祉センター(☎0279-63-1311)までお申込みください。

健康ガイド

生き生き元気の集い

～楽しく体を動かして、みんなで元気に過ごしましょう～

- 開催日時 1回目 令和8年1月6日(火)
2回目 1月22日(木)
午後2時から
(午後3時30分ごろ終了予定)
- 場所 高山村保健福祉センター
- 対象 おおむね65歳以上の方
- 内容 体力測定・ストレッチ・体操・足腰の痛みの相談など
- 持ち物 上履き、水分補給のための飲み物、タオル(浴用サイズのもの)

なごみ茶屋

～おしゃべりやゲームなど、みんなで楽しく過ごしましょう～

- 開催日時 令和8年1月13日(火)
午前10時から
(午前11時30分ごろ終了予定)
- 場所 交流施設 なごみ
- 対象 どなたでもご参加できます
- 内容 工作・ゲーム・ミニ体操など

◎感染予防対策にご協力をお願いします。

《お申込み・お問い合わせ先》高山村役場 保健みらい課(高山村保健福祉センター) ☎0279-63-1311

健康づくり教室のご案内

村では健康増進を図るため、健康づくり教室を開催いたします。

参加を希望される方はお申込みください。

- 日時 令和8年1月8日(木)
午前10時～11時30分
※受付・測定は9時～
- 内容 歩行年齢測定・運動講習
- 講師 健康運動指導士 神保理恵先生
- 場所 いぶき会館3階多目的ホール
- 参加費 無料
- 服装 動きやすい服装・運動靴
- 持ち物 タオル・甘くない飲み物・健康づくり教室のチラシ(お持ちの方)等
- お申込み期限 令和8年1月6日(火)

歩行年齢測定とは…

歩行動作の速度・姿勢・バランスから、歩き方の年齢を判定します



1月の当番医予定表

※診療時間は午前9時から午後5時までです。できるだけ時間内に受診してください。

※急患のための当番医制度ですので、緊急患者以外の受診はご遠慮願います。

※在宅待機のため、原則として往診はいたしません。

※専門外の疾患の場合は対応しかねることもあります。

日 科	内 科	外 科	休日夜間当番病院	日 科	内 科	外 科	休日夜間当番病院
1月1日 (木)	吾妻さくら病院 (中之条町) 0279(75)3011	西吾妻福祉病院 (長野原町) 0279(83)7111	西吾妻福祉病院 (長野原町) 0279(83)7111	1月11日 (日)	小池医院 (東吾妻町) 0279(67)2030	吾妻さくら病院 (中之条町) 0279(75)3011	吾妻さくら病院 (中之条町) 0279(75)3011
1月2日 (金)	けんもち医院 (中之条町) 0279(75)5155	原町赤十字病院 (東吾妻町) 0279(68)2711	原町赤十字病院 (東吾妻町) 0279(68)2711	1月12日 (月)	吾妻脳外循環科 (東吾妻町) 0279(68)5211	西吾妻福祉病院 (長野原町) 0279(83)7111	西吾妻福祉病院 (長野原町) 0279(83)7111
1月3日 (土)	中山診療所 (高山村) 0279(70)5007	西吾妻福祉病院 (長野原町) 0279(83)7111	西吾妻福祉病院 (長野原町) 0279(83)7111	1月18日 (日)	くりはら医院 (東吾妻町) 0279(68)0355	原町赤十字病院 (東吾妻町) 0279(68)2711	原町赤十字病院 (東吾妻町) 0279(68)2711
1月4日 (日)	後藤医院 (中之条町) 0279(75)2230	原町赤十字病院 (東吾妻町) 0279(68)2711	原町赤十字病院 (東吾妻町) 0279(68)2711	1月25日 (日)	東吾妻町診療所 (東吾妻町) 0279(59)3010	吾妻さくら病院 (中之条町) 0279(75)3011	吾妻さくら病院 (中之条町) 0279(75)3011

