

『心の健康相談』

日時 令和6年9月20日(金)
13:30より

場所 町民センター 2階
視聴覚室

内容 公認心理師による個別相談
(1人約45分)

予約制になっておりますので、相談を希望される方は
事前に町民課保健福祉係まで、連絡をお願いします。

☆一人で悩んでいませんか？

仕事の悩み、子育て、家族、病気などの心に関
わるお悩みに、公認心理師がお話を伺い、具
体的な対応について助言をいたします。ご本人が来
られない場合は、ご家族等関係者の相談で構いま
せん。一人で悩まず、一度心の健康相談を利用し
てみてください。秘密は厳守いたします。

問 町民課 保健福祉係 ☎ (48) 5565

※(ホ) 公民館講座について

公民館講座を以下のとおり開催いたします。初心者
の方や運動が苦手な方でも安心して参加できるプログラム
を行っておりますので、ぜひご参加ください。

○らくのびヨガ教室

講師 ヨガインストラクター 上野沙紀 先生

月 日	時 間	会 場
8月23日(金)	13：00～14：00	町民センター ふれあいの間
9月3日(火)	10：00～11：00	
9月20日(金)		

【持ち物】健康ポイントカード

問 三島町公民館 ☎ (48) 5599

※(ホ) 三島町健康講座開催

～目指せ！健康寿命+10歳(プラステン)～

三島町健康講座「目指せ！健康寿命+10歳(プラス
テン)」は、健康づくりや介護予防に関心がある方、身
体機能の低下や健康面に不安がある方が、さまざま
なゲームやレクリエーション・ものづくり・運動など
をおして、楽しみながら健康づくりに取り組む定期的
な集いの場です。「人と会っておしゃべりがしたい」「
とにかく出掛ける場所が欲しい」方も大歓迎です！

内 容	茶話会・ テーブルゲーム (参加費 100 円)	元気体操・ コグニサイズ
日 時	8月22日(木) 10:00～12:00	8月29日(木) 10:00～12:00
会 場	町民センター ふれあいの間	
講 師	包括支援センター職員	
持ち物	健康ポイントカード、飲み物、筆記用具	

問 地域包括支援センター ☎ (48) 5045



※(ホ) …みしま健康ポイントの対象です。カードをご持参ください。

※**ポ** 水中ウォークで足腰元気
教室について（要申込）

プールでのウォーキングは低負担で全身運動を行い、筋力・持久力の向上、心臓の健康、ストレス軽減、認知機能の向上など多くのメリットがあります。さらに、日ごろ足腰に痛みがある方、痛みのせいで運動しづらい方にとっては、水中での浮力により負担を掛けずに運動が出来ます。この機会にぜひご参加ください。

内 容	水中での簡単な運動・ウォーキング (1 時間程度)
日 時	令和 6 年 8 月 27 日(火) 【役場出発】9 時 【役場解散】12 時
会 場	西会津町さゆり公園 屋内温水プール（水深 110cm）
移動手段	バス
利 用 料	400 円（自己負担）
持 ち 物	健康ポイントカード、飲料水、水着・水泳帽・ バスタオルなど
備 考	水泳帽は、現地でも購入できます。

問 地域包括支援センター ☎ (48) 5045

奥会津地域づくり協同組合
正職員募集について

業務内容	マルチワーカー ※複数の事業所で仕事を掛け持ち働く方
雇用形態期間	正職員・無期雇用
試用期間	3 か月
就業場所	組合員（柳津町・三島町・昭和村内） の事業所
勤務時間	派遣先により異なります
休憩時間	60 分
休日・休暇	土日祝、年末年始／有給休暇、夏季休暇
賃 金	基本給 月給 170,000 円 賞与有り（年 2 回、6 月・12 月 各月給額） 通勤手当、住居手当、職務手当 （派遣先の就労条件による） 時間外労働手当、深夜・休日労働手当
福利厚生	社会保険・労働保険／健康診断
研修制度	教育訓練制度、技能研修、資格取得支援 制度等
応募資格	普通自動車第一種運転免許を有し、実際 に運転している方、税の滞納がない方、 学歴・経歴不問、年齢が 59 歳までの方
応 募 問 合 せ 先	奥会津地域づくり協同組合 おかつ [担当者 緒勝] 電話 0241-42-7831 FAX 0241-42-7832 Mail info@okuaizu-chiiki.com HP https://okuaizu-chiiki.com/

