

社会福祉協議会 (有)2-2039 (電)0749-48-8127 (F)0749-48-8140

「福祉のつどい」開催のお知らせ

「福祉のつどい」を開催します。今年、この秋からのNHK連続ドラマのモデル、宇野千代さんの功績を長年伝えておられる夫婦デュオ「嬉しがり屋」さんの唄とトーク、そして昨年に引き続き、地域医療の現場に長年携わり、テレビや数多くの著書でも「生きる元気」を届け続けている鎌田實先生による講演を通して、「いつまでも自分らしく、いきいきと輝く」生き方のヒントをお届けします。昨年とは違うお話になります。前回参加された方も、初めて参加の方も満足いただけると思います。

■日 時 令和8年10月3日(土)13:30～15:30

■会 場 多賀町中央公民館 多賀結いの森 ささゆりホール
※駐車場に限りがありますので、乗り合わせでのご来場にご協力をお願いします。

■対象者 300人(多賀町在住・在勤・その他)

■内 容
第1部 「夫婦デュオ 嬉しがり屋 行時・千代和」による唄とトーク

第2部 アンコール特別講演 講師：鎌田 実 先生
「健康と幸せと自由をつかむ方法 ～人・物・金・体・心の身辺整理が大事～」
講演後、書籍購入者対象のサイン会があります。

■参加費 無 料

■申込締切 令和8年9月16日(水)
※ただし、定員が300人になり次第締め切ります。

■主 催 多賀町・多賀町社会福祉協議会

■お申込み 二次元バーコードで→
の申込はこちらから
(要メールアドレス入力)
<https://forms.gle/WH6xf3V3uvRvMEqH9>
もしくは、多賀町社会福祉協議会まで
(FAX)0749-48-8140 (有)2-2039
(電)0749-48-8127
(E-mail) tagashakyo@ex.biwa.ne.jp

※可能でしたら二次元バーコードがFAXでお申し込みください。必要事項として、①お名前、②住所、③電話番号、④会場までの交通手段(自分で運転かほかの車に同乗、または、その他自転車、徒歩など)を申込時にお伝えください。



福祉保健課 (有)2-2021 (電)0749-48-8115 (F)0749-48-8143

たが民児協だより 民生委員・児童委員～支えあう 住みよい社会 地域から～ 支え合っのまちづくり

多賀町は認知症になっても安心して暮らしていける町づくりを掲げていることを、民生委員の研修会で教えていただきました。身体が不自由な方や車椅子を利用する方が困っている時に手助けするのと同じように認知症の方にも手をさしのべて支え合っていけたらと思います。一人暮らしでデイサービスを利用されている方で字との交流がほとんどない方をサロンにお誘いしたところ、顔馴染みの

方ばかりで気がねなくお話ができて喜んでくれました。

本当に人との繋がりは大切で少しでも字での孤立を防ぐお手伝いができたと思います。これからも小さなことでも一つひとつ地域での輪を繋いでいけたらと思っています。



滋賀県民生委員・児童委員
キャラクター
『びわっ湖 ミンジー』



9月10日～16日は自殺予防週間です。

ひとりで悩んでいるあなたへ。知らせてほしい、心のSOS

心がもやもやしたり、ざわついたら、電話やSNSで気軽に相談できます。

■相談窓口 福祉保健課 (有)2-2021 (電)0749-48-8115



福祉保健課 (有)2-2021 (電)0749-48-8115 (F)0749-48-8143

高血圧ゼロのまち 多賀町

測る! 減塩! 運動! 血圧130/80以下をめざしましょう

取り組み3
運動!
について



プラス10にチャレンジしましょう!

座りっぱなしをやめて、10分多くからだを動かしましょう!

続けて10分でなくてもいいんです。

1分が10回でも、2分と3分と…。合わせて10分で「プラス10」。

ふだんの生活で意識してからだを動かせば、立派な健康づくりになります。

「気持ちいい!」くらいがちょうどいい。まずは、できることから取り組みましょう!



◆運動は血圧を下げる効果があります◆

全自動血圧計を設置しました!

多賀町では、「高血圧ゼロのまち」を宣言し、「血圧を測ったことがない人ゼロ!」「減塩に取り組んでいない人ゼロ!」をめざし、高血圧対策を通じて、健康な町づくりに取り組んでいます。そこでいつでも気軽に血圧を測って

いただけるように全自動血圧計を、多賀町立図書館に6月23日～7月16日、多賀町商工会館に7月30日～8月31日まで設置しました。これからも町内の公共施設や事業所に設置します。ぜひお立ち寄りください。



▲多賀町立図書館でのようす



▲多賀町商工会館でのようす

現在の設置場所

- 役場1階
 - 多賀町中央公民館
「多賀結いの森」(9月1日～)
- 皆さん、ぜひ測りに来てください。

