■道の駅 庭園の郷 保内 イベント情報

所・問 道の駅 庭園の郷 保内 ☎38-7276

❶植木まつり
時 6月13日㈯～14日㈰ 午前10時～午後4時 内 植木即売会、庭づくり相談会など

❷ねこNEKO（ネコ）マーケット
時 6月21日㈰ 午前10時～午後3時 内 ねこモチーフの雑貨の販売

■健康教室

腰・膝の痛みの仕組みを知り、対応を学ぼう！
講義と実技で学びます。
内・時 **腰の痛み** 6月18日㈭、**膝の痛み** 6月25日㈭ ＊時間は午前10時～正午 所 たいぶん 定 各回先着20人（1組3人まで） ¥ 1組千円 申 申込フォームから 問 RETHRE（レスリー）EE 武田 メール rethree2026@gmail.com

申込フォーム

■三条市シルバー人材センター イベント情報

申 三条市シルバー人材センター事務局 ☎34-2526

❶にこにこ料理教室
時 6月18日㈭ 午前9時30分～午後1時 所 ソレイユ三条 内 笹団子10個、三角ちまき10個 定 先着20人 ¥ 1,500円（当センター会員は千円） 持 エプロン、三角巾、マスク、タオル

❷パソコン教室
所 三条ものづくり学校 定 各教室先着10人 ¥ 5千円

●はじめてのPC教室
基本操作を学びます。
時 6月16日～7月7日の毎週火曜日 午後1時30分～3時30分（全4回） 申 6月9日㈫まで

●ワード教室
簡単な文書を作成します。
時 7月8日～29日の毎週水曜日 午後1時30分～3時30分（全4回） 申 7月1日㈬まで

❸スマホ教室
所 三条ものづくり学校 定 各回先着10人 ¥ 500円（当センター会員は無料） 申 開催日の2日前まで

●シニアのためのスマホ体験
スマホを持っていない人が体験できます。
時 6月19日、7月3日㈮ 午前10時～11時30分

●シニアのためのスマホ基本講習会
地図アプリ、二次元コード、LINEの使い方を学びます。
時 6月19日、7月3日㈮ 午後1時30分～3時 持 スマホ

■今をどう生きるか パーキンソン病とともに歩む日々

リハビリを通して、難病でも自分らしく生きるための気付きとヒントをもらえます。
時 6月18日㈭ 午前10時30分～11時30分 所 三条ものづくり学校 対 市内のパーキンソン病患者 定 先着10人程度 服 動きやすい服装 持 内履き、タオル、飲み物 申 6月17日㈬までに全国パーキンソン病友の会新潟県支部 石井 ☎090-8743-6994

■食推フェスタ 学んで、遊んで、試食して

楽しく食育を学び、食生活改善推進委員（食推）が考えた料理を試食できます。
時 7月4日㈯ 午前10時～午後3時 所 総合福祉センター 内 食育クイズ、試食提供、食推の活動のパネル展示など 問 三条市食生活改善推進委員協議会事務局（三条市健康づくり課内）☎34-5448

食推について

■文部科学省後援 お金がもっとたまる話

オンラインで学べます。
時 毎週水、金、土曜日 午前10時～11時30分 対 10歳以上（小学生以下は保護者同席） 定 先着30人 持 筆記用具 申 申し込みフォームから ☎0080-5172-0269 問 メール info@kosodate-mirai.jp

申込フォーム

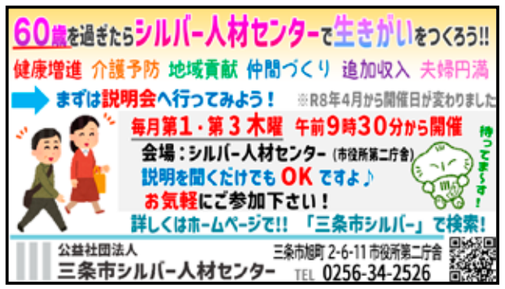
病院と地域の連携で退院後までサポートします

済生会新潟県央基幹病院 総務広報課 ☎47-4700

退院後の生活の不安

急な病気やけがで入院すると、病気が治った後も今まで通りに暮らせるか不安を感じることは少なくありません。特に高齢者は入院で体力や筋力が低下しやすく、自立した生活が難しくなることがあります。

不安の解消に向けて

県央地域の各病院では、
- 医療ソーシャルワーカーや入退院支援専門の看護師が介護保険や障がい福祉サービスの調整、経済的な相談への対応、成年後見制度の利用の支援をします。
- 地域のケアマネジャーや支援者と連携し、退院後の生活を支援します。

県央地域の病院と地域が連携し
「患者を地域全体で支えるバトン」をつなげています
もしものときも安心ください