



# 高齢者あんしん相談センター大横からのお知らせ

## おおよこ毎日体操測定会

大横保健福祉センター内で行っている  
おおよこ毎日体操。参加の有無に関わらず  
自分がどれだけ筋力や体力がついたか、  
維持できているのかを知っていただく  
機会として測定会を実施しています。  
毎年6月と2月に大横保健福祉センターと共同で  
開催しています。



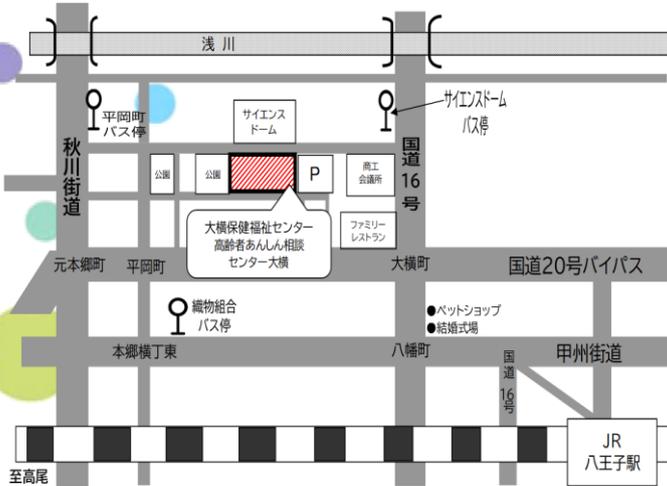
～6月に開催した測定会の様子～



2月は4日(火)9:45～11:00に測定会を  
開催いたします。どなたでも参加可能です。  
たくさんのご参加お待ちしております。



### 【高齢者あんしん相談センター大横のご案内】



住所：八王子市大横町 11-35  
大横保健福祉センター4階  
電話：042-634-8666  
FAX：042-634-8880  
営業日：月～土曜日 9:00～17:30  
担当地域：大横町 八木町 平岡町 本郷町  
小門町 八幡町 台町 2～4丁目

## 当センター職員のご紹介

いつも皆様にお世話になっております。今年も  
よろしくお祈りいたします。編集委員によるイメージ  
イラストとともに、ご紹介申し上げます。



名前：浜脇 晴美(はまわき はるみ)  
職種：センター長、社会福祉士  
好きなもの：いちご大福、ヨガ



名前：武本 和明(たけもと かずあき)  
職種：主任ケアマネジャー  
好きなもの：スケボー、猫、バイク



名前：吉田 円(よしだ まどか)  
職種：社会福祉士  
好きなもの：餃子、犬、スポーツ観戦



名前：右原 薫(みぎはら かおる)  
職種：保健師  
好きなもの：こたつ、みかん、昼寝



名前：宮崎 杏奈(みやざき あんな)  
職種：社会福祉士  
好きなもの：LDH、カフェ、猫



名前：原田 雪枝(はらだ ゆきえ)  
職種：介護支援専門員  
好きなもの：つば九郎、ラーメン



名前：高橋 美和(たかはし みわ)  
職種：認知症地域支援推進員  
好きなもの：ジブリ、筋肉、TWICE



名前：鈴木 聡子(すずき さとこ)  
職種：生活支援コーディネーター  
好きなもの：山、猫、あんこ



お鍋が美味しい季節になりました。私はキムチ鍋がマイブームです。くたくたになった白菜がたまりません。野菜がお高いですが、栄養バランスに気を付けて寒い冬を乗り越えていきましょう！

