

# 第6回 全逢妻地区 ふれあい駅伝大会

## 令和7年12月6日 土

午前9時～13時（スタート午前9時40分より順次）

雨天順延：12月7日（日）

### 小清水小学校 周辺道路

および

男女・学年混合OK

みんなで楽しく走ろう！

募集定員（先着順）

小学生以下には  
お菓子のプレゼント

1.2km

- ①ちびっこ駅伝（小3～6年生のみ）
- ②ふれあいジョギング（全年齢）

2.0km

- ③ふれあい駅伝（高校生以上の一般）
- ④ふれあい駅伝（中学生のみ）

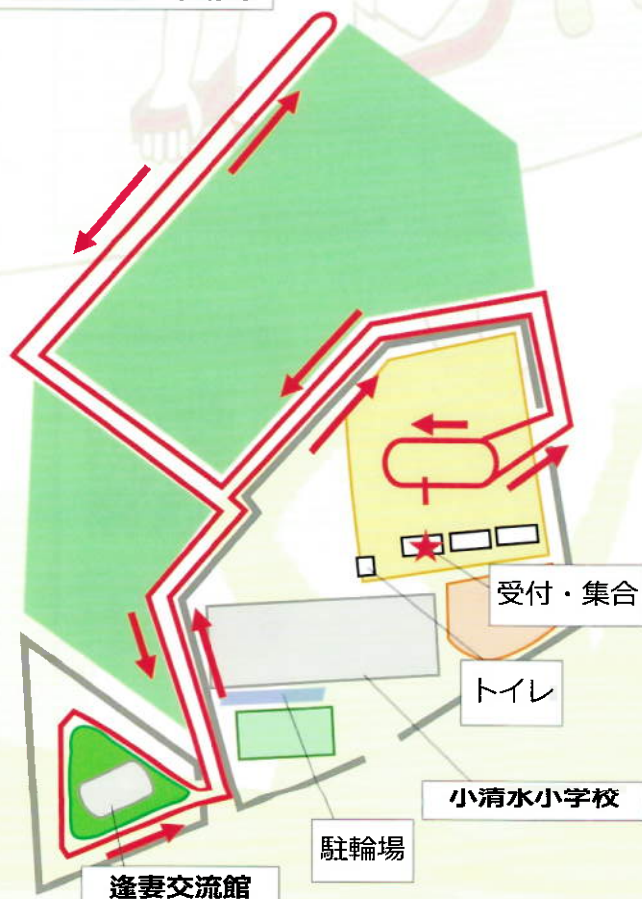
駅伝：各18チーム  
ジョギング：100名

申し込み（先着順）

各部門参加費：¥200/人  
駅伝：1チーム/4人  
ジョギング：個人参加（未就学児無料）

受付期間：～11月15日（土）迄  
受付：逢妻交流館窓口  
窓口でお支払い申込み下さい。  
ゼッケンをお渡しします。

2.0kmコース図



1.2kmコース図



# 第6回逢妻地区ふれあい駅伝大会申込書

部門（参加するクラスに〇をつけてください。）

| 種目    | 部門                 |                   |                     | 参加費    |
|-------|--------------------|-------------------|---------------------|--------|
| 駅伝    | ちびっこ駅伝<br>(小3～6年生) | ふれあい駅伝<br>(中学生のみ) | ふれあい駅伝<br>(高校生以上一般) | 200円/人 |
| ジョギング | ふれあいジョギング (全年齢)    |                   |                     |        |

申込代表者 ※未成年者のみの参加は保護者の方が代表者として申込みして下さい。

|        |              |  |     |      |  |
|--------|--------------|--|-----|------|--|
| フリガナ   |              |  |     | チーム名 |  |
| 代表者氏名  |              |  |     |      |  |
| 住所     | 〒 市 区<br>町 村 |  |     |      |  |
| 連絡先    | 携帯           |  | メール |      |  |
| ひとことPR |              |  |     |      |  |

※申し込み時点で、代表者及び参加選手は本大会のルール及び大会規約の全てに同意したものとみなします。

## 出場選手

| No. | 選手氏名 | 性別  | 生年月日 | 年齢 | 住所             | 保護者承諾署名（高校生以下必須）  |
|-----|------|-----|------|----|----------------|-------------------|
| 1   | フリガナ | 男・女 | 西暦 年 | 歳  | 豊田市<br>・<br>市外 | 私は左記参加者の参加を承諾します。 |
|     |      |     | 月 日  |    |                |                   |
| 2   | フリガナ | 男・女 | 西暦 年 | 歳  | 豊田市<br>・<br>市外 | 私は左記参加者の参加を承諾します。 |
|     |      |     | 月 日  |    |                |                   |
| 3   | フリガナ | 男・女 | 西暦 年 | 歳  | 豊田市<br>・<br>市外 | 私は左記参加者の参加を承諾します。 |
|     |      |     | 月 日  |    |                |                   |
| 4   | フリガナ | 男・女 | 西暦 年 | 歳  | 豊田市<br>・<br>市外 | 私は左記参加者の参加を承諾します。 |
|     |      |     | 月 日  |    |                |                   |
| 5   | フリガナ | 男・女 | 西暦 年 | 歳  | 豊田市<br>・<br>市外 | 私は左記参加者の参加を承諾します。 |
|     |      |     | 月 日  |    |                |                   |

### ◆受付について

交流館開館日（火曜日～日曜日）午前9時～午後5時  
参加費¥200/人と申込書を提出ください。その場でゼッケンをお渡しします。  
**未就学児参加費無料**

### ◆チーム構成について

小学生・中学生・高校生の混合は一般部門への参加となります。  
部門の掛け持ち参加もOKです。その場合は**部門毎の参加費が必要になります。**

※未成年の参加について：未成年のみの参加は保護者（代表者1名でもOK）の承諾が必要です。

※個人情報の取扱：主催者は個人情報の重要性を認識し、個人情報の保護に関する法律及び関連法令を厳守し、  
主催者の個人情報保護方針に基づき個人情報を取扱います。  
大会参加者へのサービス向上を目的とし、参加者名簿の作成等に利用します。

※逢妻交流館HPからも申込書をダウンロードできます。

駅伝大会特設ページ



大会要項をQRコードよりご確認ください

（事務局記入）

領収印

|     |   |     |   |
|-----|---|-----|---|
| 参加者 | 名 | 参加料 | 円 |
|-----|---|-----|---|

令和7年度  
秋号

ほっとかん

回覧



# 地域包括支援センターたより

ようやくひんやりした空気を感じられるようになりましたが、いかがお過ごしですか。ほっとかん地域包括支援センターでは逢妻中学校区の高齢者の皆様の生活相談、健康相談、介護保険の申請手続き、豊田市の制度や地域のお役立ち情報の紹介など、様々なことを行っています。

## 活動報告

6月

### 逢愛カフェ

逢妻交流館と共催し、認知症についてのお話をさせていただきました。「思い出しカード」で懐かしいお話が盛り上がりしました。

7月

### 認知症カフェ

特別養護老人ホーム三九園と共催で認知症カフェを開催しました。今後も継続して開催する予定です。



8月

### 認知症サポーター ステップアップ講座

民生委員さん対象に行いました。



9月

### 認知症月間

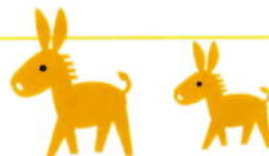
逢妻交流館と西部コミュニティセンターで認知症に関する展示を行いました。逢妻交流館では「若年性認知症について」と「認知症マフ」の展示を行いました。



# 認知症について知ろう

## 認知症とは、

脳の病気などいろいろな原因で脳の細胞が死んでしまったり働きが悪くなったために、日常生活に支障をきたす状態です。



認知症の原因は様々です。

また、認知症と疑わしい場合でも認知症ではない病気が原因の場合もあります。

### 早期発見・早期対応が大切！

#### ■別の病気が原因であったり、一時的な症状の場合があります

認知症と同じ症状のように見えても、別の病気\*が原因の場合があります。また、薬の使用が原因で症状が出ていることもあります。これらは治療可能ですが、治療しないでいくと回復が難しくなったり、認知症につながってしまうことがあります。

※例えば、正常圧水頭症、慢性硬膜下血腫、甲状腺機能低下症など

#### ■進行を遅らせることが可能な場合があります

症状が悪化する前に適切な治療やサポートを受けることで、進行のスピードを遅らせることができる場合があります、今の生活をより長く続けることができます。

#### ■今後の生活の準備ができます

症状が軽いうちに、ご本人やご家族が認知症への理解を深め、あらかじめ本人が希望する生活や支援について話し合うことで、事前に生活環境を整えることができ、生活上の支障を軽減することも可能です。

図引用：「とよた認知症あんしんガイド（認知症ケアパス）」 豊田市

まずは、お電話でご相談ください。

職員が訪問等で不在のことがあります。

ほっとかん地域包括支援センター



0565-36-3006

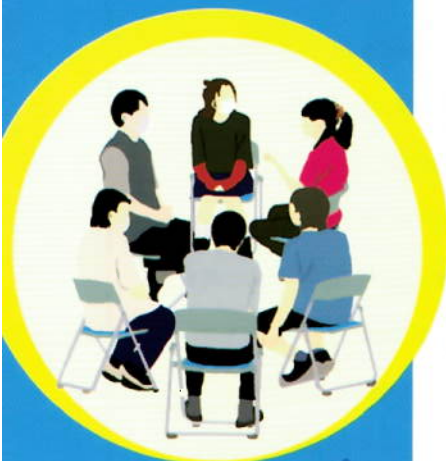


# 寄っといDAY

2025後期

## 生きづらさ・行きづらさ

思いを伝え  
体験を聞き  
気分を変える・・・  
そんな 居場所です！



【寄っといDAYマスコットキャラクター】

2025年

10月

8(水)・9(木)

11月

12(水)・13(木)

12月

8(月)・10(水)

2026年

1月

8(木)・9(金)

2月

11(水)・12(木)

3月

4(水)・5(木)

◆ 時間/【1日目】 11:00～20:30・【2日目】 11:00～17:30

◆ 場所/とよた市民活動センター・ホール  
(豊田市若宮町1-57-1 T-FACE A館9階)

◆ 参加費/無料 ◆ 出入り/自由 ◆ 申し込み/不要

【後援】 豊田市 / 豊田市教育委員会 / (社福)豊田市社会福祉協議会 / (公財)豊田市文化振興財団 /  
豊田市ボランティア連絡協議会 / 愛知県精神保健福祉協会

【応援団体】 豊田市こども・若者総合相談センター RePPo / 豊田市BBS会 / 個性の強いこどもを地域で支える会 / あいあらく /  
フリースペースK / (一社)JUNTOS / 軽度知的障害を考える会・スマイル / (株)なすびの会 サンサンCafe / ゆのか /  
(社福)オンリーワン・ORiBU / (一社)みよしはたらく協議会 / (一社)HATO / 米粉シフォンケーキの店 アトリ /  
(社福)輪音 / とよた多世代参加支援プロジェクト / 高養有志の会 / (社福)無門福祉会 / ファミポド日進 /  
(特非)教育心理研究所 / (特非)みち / にやー訪問看護ステーション / 369works /

【主催】 (NPO法人)ゆめぱレット 【問い合わせ】 電話 / 090-4466-6800 (小林) ・ メール / yumepa\_let@yahoo.co.jp

よっとい でー  
月に一回だけ開催する のんびり広場 『寄っといDAY』

フウ〜ツとため息ついて  
ベンチに座って ほっこり！  
是非 お試ください！



生きづらさを感じた時、ちょっと見つめてみませんか…

- 【吐き出しましょう】事実と感情を『ごちゃ混ぜ』にしていますか？  
モヤモヤ感を整理してみると意外に『ごちゃ混ぜ』って見つかるものです
- 【楽しみましょう】イライラ、モヤモヤを一時的に横に置いてみませんか？  
気分転換がきっかけで心の整理がしやすくなることもあったりします
- 【人の話も聞いてみましょう】物事の事実は1つだけですか？  
自分の話をしながら他人の話を聞いてみると、アレっ？と思うことも出てきます

■■■■■■■■■■ みな様からいただいた感想 ■■■■■■■■■■

- ◎今日は長い時間ありがとうございました。気持ちがスッキリしました。
- ◎今日もお話し楽しみで来ました。又お願いします。
- ◎気軽に集まって話し合ってる雰囲気がとても良かったです。
- ◎ここにくるといつも心がほっとします。
- ◎同じ障害の方と話しができて良かった。また話していてきづかされた事もあって良かったです。語りも感動しました。
- ◎今日は来ようと思って暑さで体調が一時おちましたが、来られたので感謝します！ボードゲームをまた参加したいです。
- ◎共感して学ぶことができました。ありがとうございました。
- ◎今日は難しい話が多少少し疲れましたが、こりずにまた来ます。
- ◎次ももっとお話がしたいです。話したいことがあったけどできませんでした。
- ◎また来るのががんばって続けてください。
- ◎いろいろな経験談がきけて、お話ができて良かったです。
- ◎ぬり絵のまちがいさがしがたのしかったです。
- ◎今日はチラシを見て少し話ただけでした。次回は時間を作ってゲームをやりたいです。
- ◎おしゃべりが楽しかったです。
- ◎はじめてのけいけんでいろんな方のお話をきけて本当に良かったです。ぜひまたさんかしたいです。
- ◎語り部を聞けて良かった
- ◎丁寧なお話しとたいおうしていただきありがとうございました。是非今後も伺いたいです。
- ◎アットホームでとても良かったです。
- ◎話ができなくても、不安でも、話をしてくださるのでそれだけでも安心できると思いました。きつとすこしずつ悩みや不安を出すことが出来て良い方向にいけると思いました。



■■■■ 語人サヤ佳お話タイム ■■■■

新美南吉のお話・絵本や紙芝居を語ります。  
オルガニート(手回しオルゴール)の演奏も  
お楽しみいただけます。

各月/2日目 17:00~17:30

10月9日、11月13日、12月10日、  
R8年1月9日、2月12日、3月5日

『寄っといDAY』に是非お立ち寄りください

／賭けない!飲まない!吸わない!／

# 健康マージャン



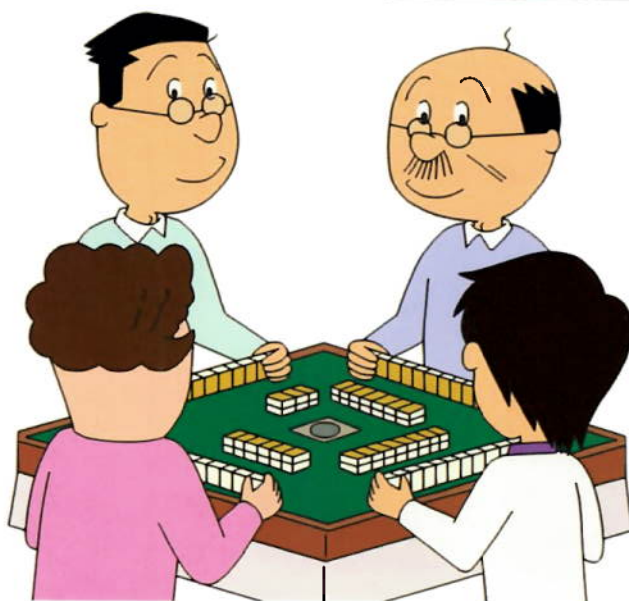
## 会員募集



豊田市西部  
体育館  
2階諸室

毎週  
火・木曜日  
13時-16時

おしゃべりしながら  
リフレッシュ



脳トレに  
なります

©長谷川町子美術館

明治安田生命さまと包括パートナーシップ協定を結び  
麻雀教室の監修をさせていただきます。

明治安田 × サザエさん



ア2501342名マ【2603】

使用期限:2026年3月31日(豊田マーケット開発室)

豊田市西部体育館

(祝日を除く月曜定休日)

☎ 0565-32-5541

✉ info@fielder2006.com

お申込みはこちらから!  
お名前と参加する旨を  
入力して送信してください。

# 豊田市西部体育館

スポーツ教室のご案内



SEIBU, 2025

新教室  
10月開講

## リラックスヨガ



金曜全10回 13:30~14:30

令和7年9月現在

心を穏やかにする呼吸法を覚えて  
深いリラックス効果を得られるヨガです。  
ヨガが初めての方、体の硬い方も無理なく  
続けることができる内容となっておりますので  
是非ご参加ください。



## 通年教室



月謝制の年間教室

(ベレニアル WEST SCHOOLカレンダーに基づいて運営しております)

- |     |             |                               |
|-----|-------------|-------------------------------|
| 金   | 17:00~18:00 | 幼児体操教室<br>(年中・年長)             |
| 土   | 18:15~19:15 | BEAT & SOUL アカデミー<br>(年長~小学生) |
| 木 土 | 17:00~18:00 | HIPHOP初級<br>(年長~小学生)          |
| 木 土 | 18:15~19:15 | HIPHOP中級<br>(年長~中学生)          |
| 木   | 19:30~20:30 | かんたんHIPHOP<br>(成人)            |



## ベビーマッサージ

水曜全10回 ひよこクラス 9:30~10:30  
(1か月~1歳)  
あひるクラス 11:00~12:00  
(1歳~2歳)

成長の今を楽しむ習い事デビュー  
寝つきがよくなります!  
育児相談もできてママも安心。



## 中高年の健康体操

火曜全10回 13:30~14:30

筋力の維持・バランス感覚の向上を目指します。  
楽しみながら元気にエクササイズ!



## ストレッチ&コアトレーニング

水曜全10回 10:30~11:30

ストレッチ&筋トレ!  
体幹を鍛えてシェイプアップ



## ピラティス

水曜全10回 11:00~12:00

骨格や筋肉を意識しながら身体の深層部にある  
インナーマッスルを鍛えるエクササイズです  
習慣化することで身体の中から美しく!



## 健康麻雀

火・木曜(1回500円) 13:00~16:00

賭けない・飲まない・吸わない  
脳トレの最適! 初心者にも優しい麻雀!  
みんなでワイワイ楽しい時間を♪

問い合わせ先

豊田市西部体育館

☎0565-32-5541

メールでの申し込みは  
こちらへ→

