



新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため、各事業は中止または内容を変更して実施されることがあります。最新の情報は、町や主催者のホームページなどをご確認ください。

来庁、各事業・イベントへの参加には、マスクの着用、自宅での検温、手指の消毒、咳エチケットをお願いします。発熱・咳など風邪の諸症状がある場合や、体調がすぐれない場合は来庁・参加をご遠慮ください。

## おしらせ

### 開庁時間外のマイナンバーカード手続き(予約制)

町民課 ☎85-5006

実施日時	手続き
8月3日(水) 17:15～19:00	交付、電子証明書の更新、申請サポート
8月14日(日) 9:00～12:00	
8月20日(土) 9:00～12:00	
8月23日(火) 17:15～19:00	
8月31日(水) 17:15～19:00	

**場** 役場1階 町民課

**持** 本人確認書類、はがき  
お持ちの方のみ

通知カード、マイナンバーカード、住基カード、スマートフォン

**申** 各実施日の前開庁日(平日9:00～16:00)までに直接か電話

※ 代理交付の場合は事前にご相談ください。

※ ご自身のスマートフォンを用いた申請サポートも可能です。ご希望の方はスマートフォンをお持ちください。



### マイナンバーカード申請サポートサービス(ミマスモール・そうわ会館)

町民課 ☎85-5006

ご自身でマイナンバーカードの申請が難しい方を対象に、マイナンバーカードの申請サポートを実施します。

申請サポートでは、写真撮影から申請までを行います。その他マイナンバーカードに関するご相談もお受けします。予約は不要です。

場所	実施日時
ミマスモール(金子343番地) 1階エスカレーター付近	7月26日(火) 14:00～16:30
そうわ会館 1階 第1会議室	8月18日(木) 9:00～16:00 (12:00～13:00を除く)

※ 1人15分程度

**持** 個人番号カード交付申請書(申請書ID記載のもの)、本人確認書類  
お持ちの方のみ

通知カード、マイナンバーカード

#### 【注意事項】

- ・マイナンバーカード交付申請書(申請書ID記載のもの)がない場合は事前にご相談ください。
- ・本人確認書類は、「有効中の官公署発行の顔写真付書類(運転免許証、旅券など)」は1点、「有効中の「氏名と住所」または「氏名と生年月日」が記載されている書類(保険証、医療証、社員証、学生証など)」は2点必要です。
- ・マイナンバーカードの交付、更新、パスワードの変更などは対応できません。

### 児童扶養手当の現況届、特別児童扶養手当の所得状況届の提出

子育て健康課 ☎83-8012

#### 現況届の提出が必要な方

**刈** 児童扶養手当を受けている方(支給停止中の方を含む)

**申** 8月1日(月)～31日(水)に証書(お持ちの方のみ)、その他個別に必要な書類を子育て健康課に持参

#### 所得状況届の提出が必要な方

**刈** 特別児童扶養手当を受けている方(支給停止中の方を含む)

**申** 8月12日(金)～9月12日(月)に証書(お持ちの方のみ)、その他個別に必要な書類を子育て健康課に持参

※ 該当する方には個別に通知します。

※ 提出されない場合は、受給資格がなくなり、再度請求ができなくなることがありますので、必ず提出してください。

※ 期間を過ぎると支給が遅れる場合があります。

### 大井町人事異動(7月1日付)

総務課 ☎85-5001

#### ◆副主幹級

福祉課副主幹  
谷由紀子(町民課副主幹)

#### ◆新採用

企画財政課主任主事  
末永紗知美[総務課付]  
町民課主事  
鈴木彩乃[総務課付]  
税務課主事  
鈴木拓也[総務課付]

※( )内は旧所属

## 低所得の子育て世帯に対する子育て世帯生活支援特別給付金

子育て健康課 ☎83-8012

新型コロナウイルス感染症による影響が長期化する中で、低所得の子育て世帯の家計への支援を行うため、特別給付金の給付を行います。

### 【家計急変世帯】

☑ 次のいずれかに当てはまる方

- ① 2022年3月31日時点で18歳未満の児童(障がい児の場合、20歳未満)を養育する方で、新型コロナウイルス感染症の影響を受けて2022年1月以降の家計が急変し、2022(令和4)年度分の市町村民税均等割が非課税である者と同様の事情にあると認められる方
- ② 2022年3月31日時点で18歳未満の児童を養育するひとり親世帯の方で、新型コロナウイルス感染症の影響を受けて2022年1月以降の家計が急変し、児童扶養手当を受給している方と同じ水準となった方

☑ 子育て健康課の窓口へ直接申請してください。

☑ 2023(令和5)年2月28日(火)まで

### 【その他の世帯】

☑ 次の①②の両方に当てはまる方

- ① 2022(令和4)年4月分の児童手当または特別児童扶養手当の受給者(2023年2月末までに生まれた新生児なども対象)
- ② 2022(令和4)年度住民税(均等割)が非課税の方

☑ 申請不要。対象の方には既に6月下旬に通知済みです。

### 共通事項

- ・支給額 児童1人当たり 5万円
- ・既に子育て世帯生活支援特別給付金(ひとり親世帯分も含む)を受け取った方は対象となりません。

☑ 厚生労働省コールセンター ☎0120-400-903(平日9:00～18:00)

[FAX] 0120-300-466(24時間、土日祝日を含む)

## おおいゆめバス運休のお知らせ

企画財政課 ☎85-5003

学校の夏休みに伴い、次の便を運休します。

☑ 7月21日(木)～8月26日(金)  
いこいの村あしがら～篠窪～大井町役場(登下校ルート)

全便運休(①便・②便・⑧便・⑨便)

※「相和循環」、「西大井・金子循環」は通常どおり運行しています。

## 下水道排水設備工事責任技術者試験および更新講習会

生活環境課 ☎85-5011

### ◆試験

☑ 10月31日(月)

☑ 川崎市教育文化会館、カルッツかわさき

### ◆更新講習会

☑ ・11月10日(木)午前、午後  
・11月11日(金)午前、午後  
のいずれかで希望する日時

☑ サンピアンかわさき

### 共通事項

☑ 各6,400円

☑ 9月9日(金)までに郵送

※ 試験の申込書は8月15日(月)～31日(水)まで生活環境課で配布します。

※ 更新の申込書は8月頃に直接郵送されます。

☑ 県下水道協会

<http://www.jswa-kanagawa.jp/>

## 1962(昭和37)年4月2日～1979(昭和54)年4月1日生まれの男性の方へ

### 風しんの抗体検査を受けましょう

子育て健康課 ☎83-8012

風しんは非常に強い感染力があり、突然流行する傾向があります。発熱や咳、発疹等が主な症状で稀に重症化します。現在は予防接種により免疫を獲得していますが、予防接種導入直後の世代(昭和37年度～53年度)は女性にしか接種を行っていなかったため、男性は免疫が不足している可能性があります。対象の方には、6月中旬にクーポン券を発送していますので、風しんへの罹患を防ぐため、無料で抗体検査(抗体不足の診断を受けた方は予防接種)を受けましょう。

☑ 1962(昭和37)年4月2日～1979(昭和54)年4月1日生まれの男性で、過去にクーポン券を使用した抗体検査を受けていない方

### 受診費用

抗体検査、予防接種ともに無料

### 受診方法

クーポン券を持参し、職場の健康診断や医療機関などで受診

※ 詳細はクーポン券に同封した案内文書をご覧ください。

## 地域で活動する歯科衛生士を募集しています

足柄歯科医師会地域医療連携室

☎74-4185

足柄歯科衛生士会は、足柄上地域の市町の歯科健診や歯科相談などで活動しています。

一緒に地域で歯科保健活動を担う仲間を募集しています。活動に興味のある方、ぜひお問い合わせください。活動回数などご相談に応じます。

### 活動内容

- ・市町の乳幼児歯科相談、健口教室での指導、歯科健診の補助など
- ・歯科医師会の行う健診や診療の参加
- ・学校保健事業への協力

☑ 足柄歯科医師会地域医療連携室(平日10:00～16:00)

# おしらせ

## 町立幼稚園満3歳児保育事業（試行） 利用希望者募集

教育総務課 ☎85-5015

幼稚園教育への理解を深めていただくため、未就園児とその保護者を対象に、満3歳児保育を試行します。

- ☎ 9月20日(火)～2023年3月  
毎週火・木・金曜日9:30～11:30
- ※ 休園日、特定の園行事日を除きます。
- ※ 保護者も保育に参加していただきます。
- ※ 午前保育のため弁当は不要です。

☎ 大井幼稚園・大井第二幼稚園

☎ 2022年4月～8月に3歳の誕生日を迎えるお子さんと、2023年4月から当該実施園に入園を希望する方

☎ 各園6人程度

※ 募集人数を超えた場合は、在園者のきょうだい関係、月齢などで入園を優先させていただきます。

☎ 実費徴収あり(教材費など)

☎ 7月27日(水)～29日(金)に直接  
※ 後日簡単な面接を行います。お子さんと一緒にお越しください。

※ 詳細は、教育総務課までお問い合わせください。

## 大井の魅力を再発見！ インスタグラムフォトコンテスト

地域振興課 ☎85-5013

大井町の魅力を再発見するイベントとしてInstagramでフォトコンテストを開催します。あなたが見せたい「大井町内で撮影した写真」であれば、テーマは何でも構いません。今年はひょうたん祭を写した写真だけに限定した特別賞もご用意しています。皆様のご応募をお待ちしています。

### 応募要件

- ・自身のInstagramアカウントを公開に設定していること
- ・大井町の公式アカウント「@oitown\_official」をフォローしていること
- ・キャプションに「作品のタイトル」と「撮影場所」、ハッシュタグに「#私が見つけたゆめおい2022」を付けていること
- ・2021年9月以降に撮影した写真を使用すること
- ・応募回数に制限はないが、1回の応募につき写真の添付は1点まで
- ※ 「作品のタイトル」、「撮影場所」、ハッシュタグ「#私が見つけたゆめおい2022」が付いていないものは審査の対象外とします。

### 応募期限

9月30日(金)まで

### その他

- ・応募された写真は町で審査し、受賞者には賞状と副賞を送ります。
- ・受賞者にはダイレクトメッセージでお知らせします。
- ※ 詳しくは町ホームページをご覧ください。



## 犬の狂犬病予防接種は受けましたか

生活環境課 ☎85-5010

犬の飼い主には、狂犬病予防法により、生後91日以上の子犬に年1回狂犬病予防注射を受けさせる義務があります。まだ受けさせていない方は動物病院で注射を受けさせてください。

ただし、病気や老衰といった理由で注射を受けられない場合は、猶予することができます。この場合、動物病院から「狂犬病予防注射猶予証明書」の発行を受けた上で生活環境課に提出してください。

- ※ 動物病院で受ける注射費用は、直接動物病院にご確認ください。



## ひょうたん祭キャラクターの名前を募集します！

大井よさこいひょうたん祭実行委員会事務局(地域振興課) ☎85-5013

ひょうたん祭と一緒に盛り上げてくれるイメージキャラクターができました！

皆さんから名前を募集します。

決まった名前は祭当日に発表します。

キャラクター2人にステキな名前をつけてください！

応募方法

以下のどちらかの方法でご応募ください。

- ①大井町公式Instagramアカウントをフォローし、ハッシュタグ「#ひょうたん祭キャラクター名前募集」をつけてダイレクトメッセージを送ってください。

※ 公開アカウントであればダイレクトメッセージではなく、フェード投稿でも構いません。

- ②町ホームページにアクセスし、応募してください。



▲応募はこちら

### 応募期限

8月4日(木)まで

※ 詳しくは町ホームページをご覧ください。



▲ホームページ

## 大井よさこいひょうたん祭翌日の清掃ボランティア募集

大井よさこいひょうたん祭実行委員会事務局(地域振興課) ☎85-5013

第36回大井よさこいひょうたん祭翌日の清掃にご協力いただけるボランティアを募集します。

☎ 8月7日(日) 7:30～9:00

☎ おおい中央公園および周辺道路、大井町役場、生涯学習センター、総合体育館周辺および駐車場

☎ 8月3日(水)までに直接か電話

※ 集合場所、持ち物などは申し込み受付時にお知らせします。

大井町Instagram



@oitown\_official

**おおい自然園自然観察講座  
「ネイチュアフィーリング-五感を  
活かした自然観察」と「自然観察  
会のリスクマネージメント」**

生涯学習課 ☎83-5409

**日** 8月27日(土) 10:00～15:00

※ 雨天決行

**場** 農業体験施設「四季の里」体験室・  
おおいゆめの里

**対** 18歳以上の方

**定** 10人(先着順)

**講** 「ネイチュアフィーリング-五感を活  
かした自然観察」

瀬川三枝子さん((公財)日本自然保  
護協会研修会講師・自然観察指導員)

「自然観察会のリスクマネージメント」  
一寸木肇(おおい自然園園長)

**持** 昼食、水筒、筆記用具、タオル、帽子、  
マスク

服装 野外活動できるもの

**申** 7月18日(月・祝)～8月22日(月)  
に直接か電話

**町民チャリティーゴルフ大会  
参加者募集**

町社会福祉協議会 ☎84-3294

**日** 10月6日(木)

**場** 東富士カントリークラブ

**対** 町内在住・在勤の方

**費** ・参加費2,000円

(事務費・チャリティー金など)

・プレー費(昼食代込み)

①セルフ 10,500円

②キャディ付 13,900円(組数限定)

※ 参加費は納入後の返金はできません。  
プレー費は当日支払い。

※ パーティーは実施しませんが、順位  
は18ホールスコアで決定し表彰  
する予定です。

**主** チャリティーゴルフ大会実行委員会

**申** 8月31日(水)までに  
各自治会の実行委員  
または町社会福祉協  
議会に直接か電話



**トレーニングルーム講習会**

総合体育館 ☎82-9799



**日** 7月24日(日) 15:00～16:30

**場** 総合体育館

**対** 義務教育期間を終了した方

**定** 15人

**持** 体育館シューズ、マスク

**申** 7月23日(土)17:00までに電話

**未病改善 Enjoy! ニュースポーツ**

生涯学習課 ☎85-5016

**日** 7月27日(水) 10:30～12:00

**場** 総合体育館

**内** ガラッキー、室内ペタンク、バード  
フォロー

**持** 体育館シューズ、マスク

**小中学生総合体育館開放日**

総合体育館 ☎82-9799

**日** 毎週土曜日 9:00～16:00

**内** 卓球、バドミントン

**持** 体育館シューズ、用具(小中学生貸出可)

※ 大会や予約状況により利用できない  
場合があります。必ず、当日電話で  
お問い合わせください。

**スポーツ**

**大井町子どもキャンプ**

生涯学習課 ☎83-5409

**日** 9月3日(土)～4日(日) 1泊2日

**場** 県立足柄ふれあいの村(南足柄市)

**対** 町内在住の小学4～6年生

**定** 70人

**中止しました**

**費** 3,500円

※ 食材料、寝具代、保険料、交通費など

**持** 1日目の昼食、水筒、軍手、洗面具、  
着替え、筆記用具など

**主** 青少年指導員協議会、町教育委員会

**申** 7月29日(金)までに申込用紙に記  
入し参加費を添えて生涯学習課へ

※ 申込用紙は各小学校から配布します。

**スポーツ協会 ペタンク練習会**

町スポーツ協会ペタンク部

☎080-5503-8499(田邊)

**日** 7月17日(日) 13:00～17:00

**場** 上大井小学校グラウンド

**対** 町内在住の方

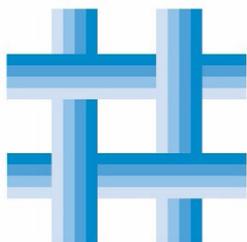
**内** 練習、ゲーム

**持** ペタンクの球(持っている方)

**問** ペタンク部長(田邊)まで

**生涯学習センター・総合体育館休館日**

7月25日(月)



ともに生きる社会  
かながわ憲章

KANAGAWA CHARTER for an Inclusive Society

**ごみの減量 大作戦！  
生ごみの水切りでごみの減量化を！**

生活環境課 ☎85-5010

皆さんの家庭から出される燃やすごみの30～40%が生ごみです。  
そして、生ごみの80%が水分とされています。

燃やすごみを出すときは『生ごみの水切り』をしましょう。

生ごみの水分を切ることで、ごみの減量化となり悪臭や腐敗の防止  
につながり環境衛生面にも効果的です。

また、燃やすごみの水分を減らすことができれば、燃焼効率が上がり少ないエ  
ネルギーでごみを焼却することができるため、二酸化炭素の排出量を抑えるこ  
とができます。

シンク内でも生ごみはなるべく濡らさないようにして、捨てる前には“ぎゅっと”  
ひと絞りにしてから捨てるだけでも効果があります。

ちょっとしたことでも、皆さん一人ひとりが意識して実践すれば、ごみの減量  
化につながります。



# お知らせ

## 2022年度自衛官等募集案内

自衛隊小田原地域事務所 ☎24-3080

募集種目		資格
防衛大学校 学生	一般 総合 選抜 推薦	高卒（見込み含む） 以上 21歳未満
		同上（学校長推薦）
防衛医科大学校 医学科学生		
防衛医科大学校 看護学科学生 （自衛官候補看護学生）		高卒（見込み含む） 以上 21歳未満
航空学生 （航空）		
航空学生 （海上）		高卒（見込み含む） 以上 23歳未満
一般曹候補生 自衛官候補生		18歳以上 33歳未満

- 7月1日(金)から受け付けを開始しています。
- 種目により受付期間は異なります。
- 申し込み方法、試験日などの詳細は、電話でお問い合わせか、ホームページをご覧ください。

☎ 自衛隊小田原地域事務所  をクリック

## 第41回青色申告 小学生の税の書道展作品募集

小田原青色申告会 ☎24-2613

☎ 町内在住、在学の小学生  
課題

1～4年生

「ぜい」、「あおいろ」、「のうぜい」、  
「ぜいほう」、「しんこく」

5～6年生

「税」、「青色申告」、「消費税法」、  
「自動車税」、「電子申告」

☎ 9月1日(木)までに、各小学校に提出

※ 詳細は、各小学校にある「書道展作品台紙兼募集要項」をご覧ください。

※ 優秀作品は、11月に表彰、展示公開をします。（新型コロナウイルス感染症の状況により、開催を取りやめる場合があります。）

※ 作品は返却しません。



# イベント

## 大井町郷土歴史講座

大井町郷土史研究会  
生涯学習課 ☎83-5409

戦国大名北条氏綱は北条家2代当主として、伊勢から北条への改姓をはじめ、各種政策により北条氏発展の基礎を作った人物です。その生涯について説明します。

☎ 7月30日(土) 13:30～15:30

☎ 生涯学習センター 2階 第1・2会議室

☎ 一般の方(町内外問わず)

☎ 30人(先着順)

☎ 鳥居和郎さん

(大井町文化財保護委員長)

☎ 7月22日(金)までに直接か電話

## そうわ会館 夏休み体験教室

そうわ会館 ☎85-1601

そうわ会館利用団体の方々に、講師として身近な小物作りを指導していただきます。皆さんも挑戦してみませんか。

◆エコクラフト(100%再生紙使用のエコな紙バンド)の体験教室

☎ 8月2日(火) ①10:00～11:30  
②13:00～14:30

☎ そうわ会館 多目的室

☎ ①・すすの会(定員15人)

リボン付き小さなカゴ

・いちごの会(定員10人)

ハートのネームプレート

② さわの会(定員13人)

金魚のモービル

☎ 各作品とも1個100円

◆夏糸で作るミニポーチ(編み物)

☎ 8月8日(月) 10:00～14:00

☎ そうわ会館 会議室

☎ 15人

☎ エコサークル

☎ 1個200円

共通事項

☎ 小学生以上(先着順)

※ 小学4年生以下は保護者同伴

☎ 直接か電話

## 未病センターおおい健康講座 「おいしい減塩のコツ」

子育て健康課 ☎83-8012

健康寿命延伸のための栄養摂取と食提案に関する講習会です。

おいしく食べて健康に!

☎ 8月19日(金) 13:30～15:00

☎ 保健福祉センター 2階  
第1・2会議室

☎ 味の素(株)

☎ 筆記用具

☎ 町内在住20歳以上の方

☎ 15人(先着順)

☎ 8月12日(金)まで

## 夏休み!体験イベント!! ～青みかん de ポン酢づくり～

農業体験施設四季の里 ☎/FAX82-3751

☎ office@taikenkankou.com

地元みかん農家さんのお手伝いとして、青みかんの摘果作業を行い、青みかんでオリジナルのポン酢を作ります。夏休みの思い出にご家族、お友達とぜひ一緒にご参加ください。

☎ 8月20日(土)

①午前の部 ②午後の部

☎ 生涯学習センター駐車場

集合は①9:00②13:00

徒歩でみかん畑に移動(金子地内)

生涯学習センターでポン酢づくり

☎ 町内在住の方

☎ ①・②各5人(先着順)

☎ 2,500円

☎ ※ 当日現金支払い

☎ 持 軍手、飲み物、汚れてもよい服装

☎ 申 8月8日(月)までの平日8:30～17:00に直接、電話、FAX、メールのいずれか

この宝くじの収益金は市町村の明るく住みよいまちづくりに使われます。  
公財 神奈川県市町村振興協会

1枚300円

7月5日(火) 発売!!

サマージャンボ宝くじ

# 子育て・福祉

◆各事業の詳細は大井町生活カレンダーをご覧ください。

子育て健康課 ☎83-8012

## 親子相談 予約制

日 7月21日(木) 9:00～12:00  
申 電話

## 子育て支援センター あつまれ!赤ちゃん

日 7月21日(木) 10:00～11:30  
8月4日(木) 13:30～15:00  
場 ふれあい館 2階  
対 おおむね1歳までの赤ちゃん  
内 赤ちゃんたちのふれあいやお母さん同士の交流の場  
申 平日の9:00～16:00にふれあい館(☎82-6046)に直接か電話

## エンジョイ!マタニティ 予約制

日 7月25日(月) 受付13:00～13:15  
場 保健福祉センター 2階 保健指導室  
対 妊婦とその夫  
内 妊娠体操、妊娠中の心と体の変化、母乳育児についてなど  
持 母子健康手帳、筆記用具、動きやすい服装  
申 直接か電話

## 赤ちゃん健康相談 予約制

日 7月28日(木)  
受付 ① 9:30～9:40  
② 10:00～10:10  
③ 10:30～10:40  
場 保健福祉センター 2階  
対 0～4歳児をお持ちの保護者  
定 各回10人程度  
内 計測、栄養相談、育児相談、母乳相談  
※ 受付時間ごとに内容と定員が異なりますのでお問い合わせください。  
持 母子健康手帳、バスタオル  
申 7月27日(水)までに直接か電話

## 3か月児健診

日 8月2日(火) 受付時間は個別に通知  
対 2022(令和4)年4月生まれ

## ぞうさんくらぶ 予約制

日 8月2日(火) 受付9:30～9:45  
場 保健福祉センター 2階 子どもおもちゃ館  
対 初めのお子さん(生後3カ月～2歳のお誕生日)をお持ちのお母さん  
定 6組程度  
内 夏のスキンケア  
費 100円  
持 バスタオル、動きやすい服装  
申 直接か電話

## お悔やみ申し上げます

(6月11日～6月25日届出分)

1件/届出3件

氏名 年齢 自治会  
内田サク子 88 河原  
(敬称略)

※ご遺族に掲載の希望を伺っています。

## 一般健康相談 予約制

日 8月4日(木) 受付9:15～10:45  
申 直接か電話

## 3歳6か月児健診

日 8月5日(金) 受付時間は個別に通知  
対 2019(平成31)年2・3月生まれ

## お誕生前健診

日 各医療機関にお問い合わせください。  
場 足柄上・小田原地区の小児科医  
対 満10～11カ月児

## LED防犯灯修理専用コールセンター

【電話番号】0120-057-731  
【FAX番号】0120-057-732  
【受付時間】9:30～17:30  
※ 土日、祝日、年末年始は除く。  
※ FAXは24時間受け付けています。  
※ 連絡時に自治体名と管理番号をお伝えください。

お~い! 元気会	日程	会場	時間	毎回のテーマ
	福祉課 ☎83-8024 (荒天時中止の場合有) 対 60歳以上の町民の方 初めて参加される方は 福祉課にご連絡ください。	7月21日(木)	根岸下自治会館	9:30～11:30
市場自治会館			13:30～15:30	
7月22日(金)	上大井自治会館	9:30～11:30		
	そうわ会館	13:30～15:30		
7月26日(火)	宮地自治会館	9:30～11:30		
	河原自治会館	13:30～15:30		
7月28日(木)	吉原自治会館	9:30～11:30		
	西大井自治会館	13:30～15:30		
8月2日(火)	金手自治会館	9:30～11:30	みんなで踊ろう!ひょうたん音頭	
	根岸上自治会館	13:30～15:30		
8月4日(木)	根岸下自治会館	9:30～11:30		
	市場自治会館	13:30～15:30		

## 「お~い!元気会」の1日の流れ

受付 ⇒ 血圧測定 ⇒ 舌体操・ロコモ体操・元気体操 ⇒ 毎回のテーマ ⇒ 談笑の時間