

介護予防教室(ほほ笑い教室)のボランティアスタッフを募集します

●お問い合わせ 健康福祉課 ☎76-3821

九重町では、要介護状態になることを予防するため介護予防事業を行っています。

現在の参加者の平均年齢は85歳と、教室参加者の高齢化率も上がってきています。そこで教室運営に活気を取り戻すこととボランティアスタッフとして活躍していただくことで自らの健康維持に役立てていただくことを目的に、介護予防教室に参加しながら体操や運営のお手伝いをしていただけるボランティアスタッフを募集することになりました。

参加してみたい方や興味のある方は、健康福祉課(☎76-3821)までお問い合わせください。

ほほ笑い教室について

◎九重町内に住む65歳以上の方を対象に、週1回(午前中)各地区で開催しています。

期間・頻度	実施曜日	時 間	会 場	実施事業所	開講月
3ヶ月間 週1回	火曜日	午前10時 ～正午 (※午前9時～ 健康チェック)	南山田公民館	九重町	4月～6月
	水曜日		飯田公民館	社会福祉協議会	7月～9月
	木曜日		野上公民館	ケアポート溪和	10月～12月
	金曜日		九重町隣保館	メルヘン	1月～3月

ほほ笑い教室の様子

健康チェック(血圧、体重など)・体力測定・筋力向上のための運動(めじろん元気アップ体操等)・口の健康や栄養改善のお話等、介護予防について学べます。



毎回めじろん元気アップ体操を行います



理学療法士による講話もあります

緊急通報システム利用申請について ー随時受付中ー

●お問い合わせ 健康福祉課 ☎76-3821

九重町では、日常生活に見守りが必要なひとり暮らしの高齢者等に対して、毎日の安否確認や緊急通報ができる機器を無料で貸し出しています。

緊急通報システムとは？

- ◎コールセンターによる24時間365日常時対応
- ◎毎日の安否確認や緊急通報ができます
- ◎安否確認が取れない場合や緊急の際には、申込時に登録された「協力員」へ連絡をして駆けつけていただきます



- ▶ 費 用 ・機器の設置、毎日の安否確認は無料です。
・緊急ボタンと相談ボタンを押したときは、電話回線を利用するため1回に約8円の電話料がかかります。
- ▶ 必要書類 申請書、協力員情報(3名程度)、利用同意書
- ▶ 申込み・お問い合わせ 健康福祉課 福祉グループ(☎76-3821)



▲まちの事業紹介(P22に掲載)