

## 生きがい教室のご案内

閉じこもりの予防を図り、楽しみながら「生きがい」をみつけたり、要介護状態にならないための知識や実技を学ぶ教室を実施します。（年6回予定）

なお、この教室は、各回テーマを決め、その都度広報にて参加者を募集します。

■対象：65歳以上の方

■定員：20名

※定員を超えた場合は次の①及び②の選考基準により選考しますので、あらかじめご了承ください。

①新規の申込者 ②年齢の高い順

〈第1回目〉

■日時：5月17日（火）10時00分～11時20分

■場所：木古内町健康管理センター

■テーマ：モビバンを使った介護予防運動

（講師によるモビバンを使った運動です。モビバン：3つの輪が特徴のトレーニングバンド）

■費用：無料

■申込先：保健福祉課介護福祉グループ（木古内町健康管理センター）☎01392-2-2122

■締切：5月13日（金）

※遠方等で送迎を希望される方は申込時にお伝えください。

## 「声かけ訪問サービス」について

木古内町では、住み慣れた町で安心して暮らすことができるように、おおむね65歳以上のひとり暮らしの方に「声かけ訪問サービス事業」を実施しています。

この事業では訪問員が自宅を訪問し、安否確認、皆さんとのお話しを通して健康状態などを確認します。

訪問を希望される方、以前にお断りされた方もお気軽にご相談ください。

■対象 おおむね65歳以上のひとり暮らしの方（高齢夫婦世帯等）

■訪問員 社会福祉協議会の訪問員

■回数 週1回、月1回などご本人の希望に応じます

■費用 なし

■お問い合わせ 保健福祉課介護福祉グループ（健康管理センター）

☎01392-2-2122