

介護予防サポーター講座を開催

いきいきと健康に暮らすコツ、学べます！

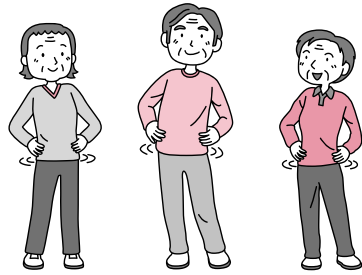


介護予防や認知症の正しい知識を学ぶ講座を開催。全6回に参加した人には修了証を発行します。ぜひご参加ください。

とき／ところ▶表2のとおり。いずれも午後1時30分～3時30分(全6回・1回のみ参加可)

対象▶市内在住者(昨年度までの受講者は、未受講のテーマのみ申し込み可)

申し込み▶8月16日(月)から電話で各地域包括支援センターへ。



【表1】

テーマ	講師
① 「心とからだの健康づくり」「できることから始めよう介護予防」	医師、保健師など
② 「お口の健康づくり～講義・実技」	歯科医師、歯科衛生士
③ 「元気の源は食事から～人生100年たのしくおいしく」	管理栄養士
④ 「認知症サポーター養成講座」	認知症キャラバン・メイト
⑤ 「健康体操」「脳トレ」で健康づくり	地域包括支援センター職員
⑥ 地域をみてみよう～介護予防サポーターの取り組み	

【表2】

テーマ	ところ▶下記コミセンまたは地域包括支援センター(地域名(施設名)/所在地/電話番号)								
	下鶴間 つきみ野 (ロゼホーム つきみ野)/ 下鶴間418-2/ ☎(272)7061	緑野 コミセン ※申し込みは 中央林間 (プレマ会) ☎(271)5572	南林間 (サンホーム 鶴間)/ 南林間1-4-18 ジュネス 南林間2-1/ ☎(271)5706	西鶴間 コミセン ※申し込み は鶴間(サン ホーム鶴間) ☎(271)2770	深見大和 (大和YMCA) /大和東 3-3-16/ ☎(264)3192	①～③中央地 区支え合いセ ンター(中央 4-6-34)、 ④～⑥下草柳 コミセン ※申し込み は上草柳・中 央(晃風園) ☎(263)1108	福田北 (大和市社協)/ 柳橋2-11 (まごころ 地域福祉 センター内)/ ☎(267)9992	下福田 コミセン ※申し込みは 福田南 (敬愛の園) ☎(269)9001	下和田 コミセン ※申し込み は桜丘・和 田(和喜園) ☎(268)2621
定員									
	10人	15人	6人	16人	8人	10人	10人	20人	15人
①	9月8日 (水)	10月28日 (木)	9月30日 (木)	11月18日 (木)	11月4日 (木)	9月16日 (木)	10月13日 (水)	11月10日 (水)	10月14日 (木)
②	9月16日 (木)	11月9日 (火)	10月7日 (木)	12月2日 (木)	11月16日 (火)	10月14日 (木)	11月11日 (木)	11月25日 (木)	11月4日 (木)
③	9月22日 (水)	11月24日 (水)	10月14日 (木)	12月16日 (木)	11月30日 (火)	10月21日 (木)	11月17日 (水)	12月2日 (木)	11月18日 (木)
④	9月28日 (火)	12月1日 (水)	10月28日 (木)	12月23日 (木)	12月14日 (火)	10月27日 (水)	11月24日 (水)	12月10日 (金)	11月25日 (木)
⑤	10月7日 (木)	12月7日 (火)	11月11日 (木)	来年 1月20日 (木)	12月21日 (火)	11月10日 (水)	12月9日 (木)	12月17日 (金)	12月8日 (水)
⑥	10月22日 (金)	12月21日 (火)	11月25日 (木)	来年 2月3日 (木)	来年 1月18日 (火)	11月24日 (水)	12月22日 (水)	来年 1月14日 (金)	12月23日 (木)

☎保健福祉センター健康づくり推進課健康施策・歩こう係 ☎(260)5803 FAX(260)1156

第10回やまとウォーキンピックを開催



市は、健康増進や介護予防などに効果が期待できる「歩くこと」による健康づくりを推進するため、第10回やまとウォーキンピックを開催。チームで歩数の目標を立てて、各自の生活スタイルに合わせて歩くことに取り組みます。歩数計は、市が貸し出します。

今回は、市が「健康分野における連携・協力に関する協定」を締結している岡山県総社市からも参加予定です。各部門の上位(1～3位)チームと、市制記念特別賞として市制施行年数にちなみ、全参加チーム中62位のチームを表彰します。また、各部門で10の倍数の順位となったチーム、全参加チーム中100の倍数の順位となったチームにQUOカードを、チームの歩数目標を達成したチームには、総社市の名物「そうじやカレー」を贈呈。さらに、第10回大会の記念として、参加者全員にウォーキング記録表を配布し、全チームから抽選で10チームに「総社アニメマスク」を贈呈します。ぜひご参加ください。



※表彰式は実施しません。

※申込書は同課で配布するほか、市のホームページからダウンロードもできます。

※申込書は同課で配布するほか、市のホームページからダウンロードもできます。

申し込み▼9月14日(火)までに、申込書を直接持参またはファクスで保健福祉センター健康づくり推進課へ。

申し込み▼9月14日(火)までに、申込書を直接持参またはファクスで保健福祉センター健康づくり推進課へ。

申し込み▼9月14日(火)までに、申込書を直接持参またはファクスで保健福祉センター健康づくり推進課へ。

申し込み▼9月14日(火)までに、申込書を直接持参またはファクスで保健福祉センター健康づくり推進課へ。

申し込み▼9月14日(火)までに、申込書を直接持参またはファクスで保健福祉センター健康づくり推進課へ。

申し込み▼9月14日(火)までに、申込書を直接持参またはファクスで保健福祉センター健康づくり推進課へ。

申し込み▼9月14日(火)までに、申込書を直接持参またはファクスで保健福祉センター健康づくり推進課へ。

申し込み▼9月14日(火)までに、申込書を直接持参またはファクスで保健福祉センター健康づくり推進課へ。

申し込み▼9月14日(火)までに、申込書を直接持参またはファクスで保健福祉センター健康づくり推進課へ。

申し込み▼9月14日(火)までに、申込書を直接持参またはファクスで保健福祉センター健康づくり推進課へ。

申し込み▼9月14日(火)までに、申込書を直接持参またはファクスで保健福祉センター健康づくり推進課へ。

申し込み▼9月14日(火)までに、申込書を直接持参またはファクスで保健福祉センター健康づくり推進課へ。

申し込み▼9月14日(火)までに、申込書を直接持参またはファクスで保健福祉センター健康づくり推進課へ。

申し込み▼9月14日(火)までに、申込書を直接持参またはファクスで保健福祉センター健康づくり推進課へ。

申し込み▼9月14日(火)までに、申込書を直接持参またはファクスで保健福祉センター健康づくり推進課へ。

申し込み▼9月14日(火)までに、申込書を直接持参またはファクスで保健福祉センター健康づくり推進課へ。

申し込み▼9月14日(火)までに、申込書を直接持参またはファクスで保健福祉センター健康づくり推進課へ。

申し込み▼9月14日(火)までに、申込書を直接持参またはファクスで保健福祉センター健康づくり推進課へ。

申し込み▼9月14日(火)までに、申込書を直接持参またはファクスで保健福祉センター健康づくり推進課へ。

申し込み▼9月14日(火)までに、申込書を直接持参またはファクスで保健福祉センター健康づくり推進課へ。

申し込み▼9月14日(火)までに、申込書を直接持参またはファクスで保健福祉センター健康づくり推進課へ。

申し込み▼9月14日(火)までに、申込書を直接持参またはファクスで保健福祉センター健康づくり推進課へ。

平和を見つめる旅2021 ピースリングバスツアーを開催

市と大和市平和都市推進事業実行委員会は、戦争と平和をテーマにしたバスツアーを開催します。

とき▼9月25日(土)午前7時45分市役所集合(午後0時15分市役所解散予定)

見学先▼川崎市平和館(川崎市中原区木月住吉町33-1)

対象▼小学生以上の市内在住・在勤者

定員▼22人(小・中学生とその同伴者を優先し、定員を超えた場合は抽選)

申し込み▼9月8日(水)(必着)までに、はがきに住所、氏名、年齢、電話番号を記載し、〒242-8601市役所国際・男女共同参画課へ。ファクスも可。

※申込者が定員の半数に満たない場合は中止します。

公認心理師による認知症介護者の個別相談会を開催

公認心理師が、認知症の人を介護する家族の悩みを聞いたり、気持ちの整理をするための相談に応じたりします。

とき▼9月21日(火)午後1時30分～2時30分・3時30分～(いずれも40分)

対象▼認知症の人を介護する家族

申し込み▼電話で人生100年推進課へ。

申し込み▼電話で人生100年推進課へ。

申し込み▼電話で人生100年推進課へ。

申し込み▼電話で人生100年推進課へ。

申し込み▼電話で人生100年推進課へ。

申し込み▼電話で人生100年推進課へ。

申し込み▼電話で人生100年推進課へ。

申し込み▼電話で人生100年推進課へ。

申し込み▼電話で人生100年推進課へ。

申し込み▼電話で人生100年推進課へ。

申し込み▼電話で人生100年推進課へ。

申し込み▼電話で人生100年推進課へ。

申し込み▼電話で人生100年推進課へ。

申し込み▼電話で人生100年推進課へ。

申し込み▼電話で人生100年推進課へ。

申し込み▼電話で人生100年推進課へ。

申し込み▼電話で人生100年推進課へ。

申し込み▼電話で人生100年推進課へ。

申し込み▼電話で人生100年推進課へ。

申し込み▼電話で人生100年推進課へ。

申し込み▼電話で人生100年推進課へ。

市役所国際・男女共同参画課 際・男女共同参画係 ☎(260)5164 FAX(263)2080

保健福祉センター人生100年推進課認知症施策推進係 ☎(260)5612 FAX(262)0999