

きらくらぶ ~介護予防教室~ に参加してみませんか？

- ☀️ フレイルチェックや握力測定で身体状況を確認します
- ☀️ フレイル予防に必要なのは、**運動・栄養・口腔・認知症予防!** この教室ですべて行うことができます
- ☀️ 保健師、管理栄養士、歯科衛生士、作業療法士があなたの健康づくりをお手伝いします!

対象 介護予防に興味がある 65歳以上の方 約20名 **期間** 5月~2月 全16回 10:00~11:30

会場 保健福祉センターきらく **参加費** 1回 100円

申込は4月30日(木)まで!!

教室の内容

動く(からだ)

- 適度に身体を動かすことで体づくりを
- ストレッチ
- 筋力トレーニング

考える(あたま)

- 脳トレや健康のお話で物忘れ予防や知識を
- 脳活性トレーニング
- 健康のおはなし(運動・栄養・口腔)

楽しむ(こころ)

- みんなで楽しく活動し交流や心の元気づくりを
- ゲーム(モルック等)
- 季節のものづくり

【お問い合わせ・お申込み先】 保健福祉課 保健推進係 ☎36-5511



4月 きらく事業カレンダー

事業名	月日・曜日	時間	場所
アポイ山荘 健康相談	4月 6日(月)	11:00 ~ 11:45	アポイ山荘
通いの場		13:30 ~ 15:00	保健福祉センター
BCG 予防接種	4月 9日(木)	13:30 ~ 13:50	三和医院
通いの場	4月 13日(月)	13:30 ~ 15:00	保健福祉センター
乳児健診	4月 14日(火)	13:00 ~ 15:30	
障がい者相談支援事業「ういず」巡回相談	4月 20日(月)	13:30 ~ 15:30	
通いの場		13:30 ~ 15:00	
通いの場	4月 27日(月)	13:30 ~ 15:00	

老人福祉寮「様似エンルム荘」の入居者を募集します

老人福祉寮「エンルム荘」の2人用居室へ入居するかたを1組募集します。入居できるかたの条件などは次のとおりです。

■入居資格

- 町内に引き続き6カ月以上居住しているおおよね65歳以上のかたで次に掲げる要件を有するかたとします。
- 生活環境等の理由で、現に住んでいる居住において日常生活を営むことが困難な夫婦のみの世帯
- 伝染病疾患にかかっていないかた
- 保証人1人が必要です(様似町に居住している成人のかた)

■申し込み

保健福祉課福祉推進係(Tel 36-5511)に申し込み用紙がありますので、お問い合わせください。締め切りは4月17日(金)です。

■入居審査

入居手続きの際に、収入申告書・身上調査(いずれも町の様式)を提出していただきます。申し込みされたかたの状況を調査・審査し、入居候補者を選定します。入居候補者には、後日、健康診断書を提出していただきます。

■入居経費の負担金

- 負担額の計算
- 居室費 月額 17,600円(2人用)
- 給食費 1食 350円
- 光熱水費 月額 11,400円
- ※1カ月の負担額(居室費、給食費、光熱水費)は、2人分で9万5千円程度です。

●問い合わせ/保健福祉課福祉推進係(Tel 36-5511)



産婦人科・小児科オンライン

小児科医・産婦人科医・助産師にスマホで無料相談できます。(様似町民のかた限定)



まずはLINEの友だち追加を!

会員登録に必要な合言葉
保健福祉課へ
お問い合わせください