

生活援助サービス従事者 「登録のヘルパー」養成研修受講者募集



地域にお住まいの高齢者の中で、介護度が比較的軽度な方(要支援1・2相当)に対する生活援助(掃除、買物、調理など)が、資格のあるホームヘルパーなどに加え、市の実施する研修を受講・修了した「登録のヘルパー」も行うことができるようになります。

「登録のヘルパー」は、事業所に雇用されることで活動することができます。

▽受講日時 12月13日(水)～15日(金) 午前9時～午後4時

※訪問介護サービスの同行訪問1日(講義受講後、1か月以内に実施)

認知症予防事業

「頭シャキッと教室」 参加者募集

認知症予防に必要な脳トレや体操をマスターします。

▽期日 12月1日から平成30年3月2日までの毎週金曜日(12月29日、平成30年1月5日を除く全12回) 午前10時～正午

▽場所 中央公民館

▽内容 脳トレ、体操、健康ミニセミナー、ウォーキング、

高齢者げんき心援事業

高齢者在宅サービスセンターでは、市内在住の65歳以上の方を対象に次の事業を実施します。

※受付時間：平日午前9時～午後5時

萩野センター (☎5500・2722)

▽貯筋トレーニング教室 寝たきりにならないために今から間に合う筋肉作り体操

●日時：毎月第3月曜日(祝日を除く) 午後1時20分～2時30分

●講師：渋谷和志さん(渋谷整骨院長)

●定員：20人(申込み順)

●持ち物など：飲み物、タオル、動きやすい服装

●費用：1回500円

▽クリスマス企画①(リボンレ

11月11日は「介護の日」イベント 利用者の作品や福祉用具の展示などを行います

「介護の日」に関連し、市内の介護サービス事業者などによるイベントを開催します。

▽日時 11月11日(土) 午前10時～午後4時

▽場所 秋川ふれあいセンター

▽内容 秋から貯筋！ロコモ予防：ロコモティブシンドロームの説明と、転倒予防・筋力維持のための自主運動の紹介(実演含む)

*時間：午前11時～正午(10時30分から受付)

*講師：機能訓練士

*その他：動きやすい服装でお越しください。

●市立東中学校吹奏楽部による演奏

イ教室) クリスマスシーズンに合うバッグの飾りを作ります。

●日時：11月21日(火) 午前10時～正午

●講師：遠藤裕美さん

●定員：10人(申込み順)

●持ち物：裁縫道具

●費用：千円(材料費別)

五日市センター (☎5333・0300)

▽健康で明るく楽しく覚えられ
る詩吟教室 やさしいボイス
トレーニングと健康発声で短
歌、俳句、現代詩詞などを楽
しく学びます。

●日時：11月8日・22日、12月13日・20日の水曜日 午後1時30分～3時

●講師：古城精宝さん(岳精流師範)

●定員：10人(申込み順)

●持ち物：筆記用具

開成センター (☎5500・2755)

▽クラフトテープで作るクリスマスリース

●日時：12月1日・8日の金曜日(全2回) 午後1時30分～3時

●講師：加藤恭子さん

●定員：10人(申込み順)

●持ち物：特になし

●費用：1回500円(材料費別)

はじまり元気アップ教室 参加者募集

住み慣れた地域でいつまでも元気で過ごせるよう、日常生活に役立つ講話や自宅で取り組める体操を取り入れた教室を開催します。

▽場所・期日・時間 五日市保健センター：12月5日から平成30年2月13日までの毎週火曜日(平成30年1月2日・9日を除く全9回)

歯科口腔に関する講話 「飲み込むしくみ おいしく食べる 毎日の習慣」 参加者募集

「ブクブク」うがいができるか、上を向いて「ガラガラ」うがいができますか、毎日続けることが大事です。

▽日時 12月6日(水) 午後2時～3時30分

▽場所 あきる野ルピア3階産業情報研修室

▽講師 大塚秀男さん(大塚歯科医院院長)

▽対象 市内在住・在勤の方

▽定員 40人(申込み順)

▽費用 無料

▽申込み方法 11月2日(木)午前8時30分から電話で申し込んでください。

▽申込み・問合せ 高齢者支援課 高齢者支援係(直通558・1953)

午前10時～11時30分

●あきる野保健相談所：12月13日から平成30年2月28日までの毎週水曜日(平成30年1月3日・10日・31日を除く全9回) 午後2時～3時30分

▽内容 体力測定、筋力アップ体操、栄養や口腔ケアに関する講話など

▽講師 健康運動指導士、歯科衛生士、管理栄養士

▽対象 市内在住の65歳以上の方

▽定員 16人(申込み順)

▽持ち物など タオル、飲み物、筆記用具、動きやすい服装・靴

▽費用 無料

▽その他 希望の方には最寄のバス停などから送迎有(今年度初めての方優先)

▽申込み方法 11月2日(木)午前8時30分から電話で申し込んでください。

▽申込み・問合せ 高齢者支援課 高齢者支援係(直通558・1953)

高齢者のための 法律相談会(予約制)

財産や遺言のことなど、専門家に相談できます。

▽日時 11月24日(金) 午後2時～4時(1人40分)

▽場所 市役所1階市民相談室

▽対象 市内在住のおおむね65歳以上の方とその家族

▽定員 3人(申込み順)

▽申込み方法 11月2日(木)午前8時30分から電話で申し込んでください。

※毎月実施する市民相談でも相談を受け付けています(詳しくは、15日発行の広報紙に掲載)。

▽申込み・問合せ 五日市はつらつセンター(☎569・8108)

介護教室(講演会) 在宅介護で役立つ介護技術

実演を交えながら在宅で役立つ介護の技術や方法を学びます。

▽日時 11月22日(水) 午後1時30分～3時