



介護予防と健康づくり

いつまでも私らしく暮らせるまちを目指して、本市が行っている介護予防事業や認知症の人とその家族に寄り添った取り組みを紹介します。

問合せ 高齢者支援課 ☎ 33-4436

認知症になっても安心して暮らせるまちへ

●認知症サポーター養成講座

認知症の人やその家族の気持ちを理解したり、周りの人に認知症に関する知識を伝えたりと、自分にできる範囲で手助けを行う「認知症サポーター」の養成講座を行っています。講座修了者にはオレンジリングが渡されます。

認知症サポーターの
マスコットキャラクター



ロバ隊長

●認知症カフェ

市内には、認知症の人やその家族、認知症に関心がある人や専門職の人など、誰もが気軽に交流し情報交換できる認知症カフェがあります。詳しくは高齢者支援課へ問い合わせください。

通いの場「みんなで体操」を始めませんか

「通いの場」は、週に一度、地域の自治公民館などに集まり、体操やおしゃべりをおして元気になる住民主体の活動です。体操はDVDを見ながら行いますので、どなたでも取り組むことができます。身近な場所に集まって体操して、筋力アップを目指しましょう。



坂本段多目的集会所での通いの場の様子

通所型サービスB事業

通所型サービスBとは、介護予防が必要な人にボランティア主体(住民主体)で、体操、趣味活動などを行うサービスです。本市で活動している2団体を紹介します。



めだかの学校

友添 和代さん

塩屋町で毎週水曜日午後1時から活動しています。数年前にオレンジ(認知症)カフェを始め、令和4年度からは「めだかの学校」として週1回歌やゲーム、茶話会をしています。皆さんが楽しめることが一番嬉しく思います。プラチナ食堂やメンバーでの旅行も企画していますよ。参加者からは「毎週水曜日が楽しみです」との声も聞かれます。



白梅会

村上 久栄さん

豊原上町公民館で毎週火曜日の午前9時半から活動しています。体操教室を立ち上げたいと思い、町内会長の協力を得てこの活動を始めました。週1回、体操を中心に、ニュースポーツや講師を招いての講演会を行っています。皆さん和気あいあいと楽しみながら、目標を持って頑張っています。

本市では、現在通所型サービスBを実施する市民ボランティアを募集しています。参加したい人、活動を始めてみたい人は相談ください。

広告