

はつらつリハビリ教室の介護予防で 生きがいある暮らしをいつまでも

◆甲佐町が行う介護予防事業 (介護予防・日常生活支援総合事業)

皆さんは、元気に、自分らしく、住み慣れた地域で暮らすためにどのような活動を行っていますか。

町では、あなたがあなたらしく、元気で暮らし続けていくために「介護保険法」に基づき、介護予防のための取り組みを実施しています。

「甲佐町介護予防・日常生活支援総合事業」は、町が中心となって地域の実情に応じた多様なサービスを地域の協力を得ながら充実させることで、支えあいを推進し、要支援者などに対する効果的かつ効率的な支援などを目的とします。

のです。

介護予防の事業には、地域の公民館などで介護予防サポーターが行ういきいき百歳体操などと、介護事業者が利用者宅に出向いて家事支援などを行う訪問型サービスや、利用者が介護事業所でのリハビリなどの介護予防活動に取り組む通所型サービスなどがあります。

町が委託した医療機関の理学療法士などが、生活機能を向上するための指導を行う通所型サービスC事業（短期集中予防サービス）もこの取り組みの1つです。

◆通所型サービスC事業「はつらつリハビリ教室」

町が実施する「はつらつリハビリ

教室」は、4カ月間の短期集中でリハビリテーションによる日常生活に必要な運動器機能の維持・改善を目指します。

理学療法士などが利用者の健康状態の個別確認と機能向上・維持となる集団指導を行います。利用者は、筋力維持や関節を柔らかくする体操を基本としたリハビリテーションに取り組みます。「腰や膝などの痛み」、「家事的動作が困難」、「食事の時にむせる」、「栄養管理がなかなかできない」といった日常生活の困難を改善する集団指導もあります。また、認知機能低下予防の基礎知識について学ぶ講座もあります。

全16回の活動のうち、15回目は1回目と比べてどのような改善がみられるのか動画や記録シートにより評価します。リハビリの成果をあなた自身が確認することでその効果を実感してください。

このリハビリ教室への参加を通して、心身機能の維持・向上に取り組み、あなたの暮らしの生きがいを見つけてください。

▼開催日時

毎週水曜 午前9時30分～午前11時30分

▼会場

町生涯学習センター・ホール

▼対象者

介護保険の要支援1・2の認定を受けている人または事業対象者（基本チェックリストの該当者）

※通所介護相当サービスまたは介護予防通所リハビリを利用している人は参加できません。

▼定員

30人

▼申込期限

随時受付します。お気軽にお申し込みください。

▼参加費

1回300円。希望者は送迎も無料で利用できます。事前にご相談ください。

▼内容

リハビリテーションの専門家とともに、機能向上プログラム（運動機能向上・口腔機能向上・栄養改善など）に取り組みます。（全16回）

▼お問い合わせ先

甲佐町地域包括支援センター
(町福祉課内)

☎096・234・1114

健康だより

介護予防

このコーナーでは、町職員である保健師、管理栄養士、社会福祉士などが、健康や福祉、介護などに関する情報をリレー形式でご紹介します。



今月の紹介者は
白石 恵介 介護支援専門員

甲佐町地域包括支援センター（町福祉課内）では、住み慣れたこのまちで、町民の皆さんがいつまでも元気に自分らしく暮らしていくためのお手伝いを地域の皆さんと一緒にしています。ぜひご参加ください。

Smile

わが家の“笑顔”をご紹介します



ちか
北畑 知花 ちゃん (1歳2カ月)

父・孝太郎 さん 母・花奈子 さん
(浅井区)

じいじ、ばあば
いつもありがとう!

★お子さんの成長の記念として、“笑顔”の写真を『広報こうさ』紙面に飾ってみませんか? 写真掲載のお申し込みは、町総合保健福祉センターまで。

●お子さんの“笑顔”の写真掲載に関するお申し込み・お問い合わせ先
町健康推進課
(町総合保健福祉センター内)
☎096-235-8711

2・3月の保健活動

●会場 町総合保健福祉センター

+ 4か月児健診

2月17日(木) 午前9時

3月17日(木) 午前9時

+ 7か月児健診

2月17日(木) 午前10時

3月17日(木) 午前10時

+ ピカピカ1歳教室

2月4日(金) 午前9時20分

+ 1歳6か月児健診

3月8日(火) 午後1時

+ すくすく2歳児子育て相談

2月18日(金) 午前9時20分

+ 3歳児健診

3月8日(火) 午後1時20分

Child-Care

2月の子育て支援カレンダー

○ 甲佐保育園

☎096-234-0186

園庭開放(土・日曜日、祝日を除く)

○ 若草保育園

☎096-234-0013

園庭開放(土・日曜日、祝日を除く)

○ 竜野保育園

☎096-234-0519

園庭開放(土・日曜日、祝日を除く)

○ 乙女保育園

☎096-234-3947

園庭開放(土・日曜日、祝日を除く)

○ 緑川保育所

☎096-234-0789

園庭開放(土・日曜日、祝日を除く)

○ 甲佐町子育て支援センター

(竜野保育園内) ☎096-234-0305

2日(水) 新聞紙遊び

4日(金) おもちゃ作り

7日(月) 牛を見に行こう

9日(水) バレンタインカード作り

14日(月) バレンタインチョコ作り

16日(水) 音遊び

18日(金) レゴブロック遊び

21日(月) シール遊び

25日(金) 雛飾り作り

28日(月) 絵合わせ遊び

育児相談(電話・面接)
月～金曜日 午前9時30分～午後4時
体験保育
月・水・金曜日 午前9時30分～正午

●健康や福祉、介護、健康診断などに関するご相談・お問い合わせ先
・町健康推進課
(町総合保健福祉センター内)
☎096-235-8711
・町福祉課
☎096-234-1114
・町住民生活課
☎096-234-1113

●行事などに関する詳しい内容は、各園に直接お問い合わせください。