

# 教室のご案内

日高町では介護予防事業として2つの教室（健康運動教室・脳トレーニング教室）を開催しています。

5月から、平成30年度 第1回目の**健康運動教室**と**脳トレーニング教室**が始まります。  
参加対象者は、満年齢65歳以上の方です。

## 健康運動教室

参加者募集!!

気功を中心に脚・腰の筋力強化や体力アップを図り、運動機能の低下を予防・改善します。また、お口のケアや食生活のアドバイス等のお話もあります。

- 期 間：平成30年5月～7月（全12回）  
毎週木曜日 午前9時00分～午後1時30分
- 場 所：メディカル&フィットネス・アクオ
- 定 員：15人程度（定員になり次第締め切ります）
- 内 容：気功とプールまたはジム（お口のケア、栄養のお話）
- 参加費：1回につき345円と昼食代毎回520円

## 脳トレーニング教室

参加者募集!!

楽しく楽に、脳トレーニングができる!!楽しいから続く、続けるから、能力アップ!!  
らくしゅう式機能訓練による多種多様のプログラムで楽しみながら脳トレーニング。  
脳を活性化させ、認知症を予防・改善します。

- 期 間：平成30年5月～7月（全12回）  
毎週金曜日 午後1時00分～午後2時30分
- 場 所：コミュニティケア キタデ ゆうゆう
- 定 員：15人程度（定員になり次第締め切ります）
- 内 容：音読・計算・両手指の運動・脳トレ体操・ゲームなど
- 参加費：1回につき220円

※各教室とも、送迎があります。

**申し込み期間：4月2日（月）～4月13日（金）まで**

■お問い合わせ・お申し込み先  
健康推進課・地域包括支援センター ☎ 0738-63-3801

介護が必要な状態にならないために 元気なうちから  
積極的に 介護予防事業に参加しましょう!!



こんにちは

# 日高町地域包括支援センター

です！

## 地域包括支援センターは、

介護や健康、医療などさまざまな面から、地域で暮らす高齢のみなさまを支えるための拠点です。住み慣れた地域で、安心してすこやかに暮らせるよう、関係機関・専門職と力を合わせて支援させていただきます。本町では、日高町役場(健康推進課)内に開設しています。

お気軽にご相談ください



## 地域包括支援センターが行う主な事業

### 1. 介護予防ケアマネジメント

高齢のみなさまが自立して生活ができるように、生活の仕方やサービス利用などについて助言・紹介させていただきます。

### 2. 総合相談・支援

高齢のみなさまやご家族・地域の方からの相談やお悩みにお答えし、情報の提供やサービスを紹介します。介護や健康などについてご相談ください。

### 3. 権利擁護・虐待発見、防止

安心して日常生活が送れるよう、高齢のみなさまの権利を守る取り組みをします。たとえば、成年後見制度の紹介や虐待の早期発見などに対応します。

### 4. 包括的・継続的 ケアマネジメント支援

高齢のみなさまが住み慣れた地域で暮らし続けられるよう、ケアマネージャーの指導・支援など、地域のさまざまな機関・専門職と連携・協力できる体勢づくりに取り組みます。

【お問い合わせ先】日高町地域包括支援センター  
(日高町役場健康推進課内)

☎ 63・3801 FAX 63・3846

・ 飼養登録：役場産業建設課

(☎ 63・3806)

(☎ 22・3481)

衛生環境課

・ 捕獲許可：日高振興局

詳しくは、左記まで。

既に飼養登録されているメジロについては引き続き飼養出来ます。なお、野外で野鳥を観察出来ない高齢者等は捕獲が許される場合があります。



愛がん飼養目的での捕獲が認められていたメジロが、現在、原則捕獲禁止となっています。

メジロの捕獲は原則禁止となっています

産業建設課  
お知らせ



お問い合わせは、下記まで。  
産業振興班(☎63・3806)  
建設班(☎63・3804)