

「生活支援サポーター」として地域のために活躍しませんか

長寿政策課 ☎(584)5474 ☎(581)0203

●生活支援サポーターとは

高齢者の日常生活(掃除や洗濯、料理など)をサポートし、「高齢になっても、住み慣れた地域で自分らしく暮らしたい」という思いを支えるのが生活支援サポーターです。

地域での支えあいをすすめる「介護予防・日常生活支援総合事業」の開始により、生活援助を必要とされる高齢者に対して、訪問介護ヘルパーなどの資格が無い人でも市の研修を修了した人(生活支援サポーター)であればサービスを提供できるようになりました。

●「生活支援サポーター養成講座(第1クール)」の受講生募集

養成講座を修了した人は、市の指定を受けている訪問介護事業所で生活支援サポーターとして就労し、高齢者の生活援助(ただし身体介護を除く)を行うことができます。

時10月8日(火)、10日(木)、15日(火)、24日(木)、29日(火)のいずれも午前9時～正午

所吉身公民館 **内**介護の基礎知識など

対・市内在住で18歳以上の人

- ・講座修了後、生活援助サービスを提供している市内の訪問介護事業所へ生活支援サポーターとして就労できる人
- ・全5回とも出席が可能な人

定10人(最少開講人数2人)

料無料 **持**筆記用具

申9月20日(金)午後5時までに電話かファクス、または直接長寿政策課へ申し込み。

他駐車場は市役所を利用してください。託児が必要な場合はご相談ください。

動きやすい服装でお越しください。



守山百歳体操・認知症予防教室 (第3教室)参加者募集

体と頭の体操をして、いつまでもいきいきと生活しましょう。

時11月8日・15日・29日、12月6日・13日・20日、
令和2年1月10日・17日・31日の午前10時～11時

11月1日・22日、令和2年1月24日の午後2時～3時

※いずれも金曜日、全12回。

所すこやかセンター3階 講習室

内・いきいき百歳体操

(重りを手足に付けて行う筋力運動)

・しゃきしゃき百歳体操

(認知症予防のクイズを行いながら行う体操)

対市内に住所を有し要介護認定を受けていない65歳以上の人

定先着30人

申9月2日(月)～30日(月)
に電話または直接下記へ
申し込み。



守山健康のび体操教室参加者募集

「守山健康のび体操」は、体を伸ばすストレッチ運動に特化した体操です。

時①体力測定1=10月5日(土)午後2時～

②健康のび体操教室=11月7日～12月2日の
毎週月・木曜日午後2時～3時(全8回)

③体力測定2=12月21日(土)午後2時～

④体力測定3=令和2年3月23日(月)午後2時～

所あまが池プラザ 3階

対医師から運動制限を受けていない人で下記の
いずれかを満たす人

①市内に住所を有する65歳以上の人

②市内に住所を有する65歳未満で今後自主グ
ループ活動を主体的に運営できる人

条件 教室終了後、新規に自主グループ活動を主
体的に運営するまたは、既存の自主グ
ループ活動に参加すること。

定先着20人

申9月2日(月)～30日(月)に電話または直接下記
へ申し込み。

他教室中は、のびバンドを貸し出します。

地域包括支援センター ☎・☎(581)0330 ☎(581)0203