

げんきアップさー来る (もりもりコース)

- 日時 5/12・19・26 (毎週木曜日)
6/2・9・16・23
9:30～10:30 (初心者)
10:45～11:45 (経験者)
- 場所 スポーツピア

げんきアップさー来る (きらきらコース)

- 日時 5/6・13・20・27 (毎週金曜日)
6/3・10・17・24
13:30～14:30 (初心者)
14:45～15:45 (経験者)
- 場所 スポーツピア

高齢者趣味の作品展

- 日時 5/9(月)～5/20(金)
8:30～17:15
- 場所 多久市役所 1階ロビー

※作品募集は終了しました。

高齢者スポーツ大会

- 日時 5/17(火) 9:30～
- 場所 多久市体育センター (浦山)

参加者募集!!

高齢者パソコン教室 (とって初初心者コース)

- 内容 パソコンで手紙を書いてみよう
- 対象者 65歳以上の多久市民で初めてパソコンを使う方など
- 開催日程 6/13(月)～6月17(金)までの5日間
10:00～12:00 (2時間)
- 場所 多久市役所 大会議室東 (4階)
- 受講料 500円 (5回分)
テキスト代 (1,260円)
- ※パソコンを借りる方は2,500円が別途必要です。
- 募集人員 15人程度
(応募者多数の場合、お断りする場合があります)
- 申込期間 5/16(月)～5/27(金)
※5/27必着
- 申し込み方法 官製はがきに住所、氏名、年齢、電話番号、パソコンのレンタルの有無を記入の上郵送してください。
- 申込先 ☎846-8501 (住所は不要)
多久市役所 福祉課 高齢・障害者福祉係

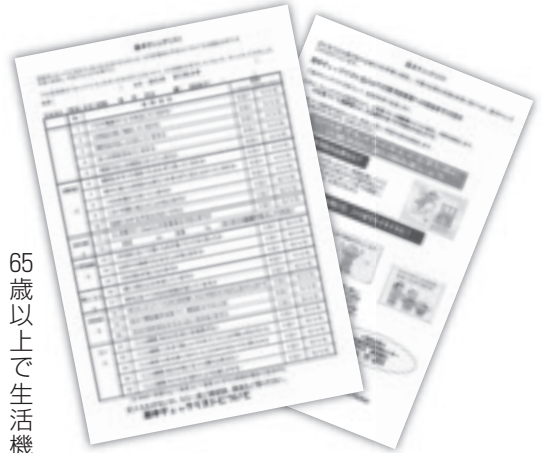
※次回は、7月に行う「高齢者パソコン教室ちょっと初心者コース」の募集をします。パソコンは初めてじゃないけど、ちょっと不安…という方はご参加ください。

5・6月の主な行事

介護予防のための

「基本チェックリスト」を郵送します

対象者は、
65歳以上の多久市民で
介護保険を
利用していない方。



▲要支援・要介護高齢者へ
移行するのを防ぐ目的で行う
「基本チェックリスト」

65歳以上で生活機能が低下し、近い将来介護が必要となるおそれがある高齢者を元気づくり高齢者といいます。「基本チェックリスト」は、その高齢者の方々が、日々の生活を維持していくために必要な心身の能力が、衰えていないかをチェックするものです。65歳が初回で、68歳、71歳、74歳、

77歳…と、3年おきの誕生日に届け、チェックします。全項目に記入した後、返送してください。介護予防の観点から行う「基本チェックリスト」の結果、生活機能の低下が心配される人、要介護認定の非該当者などが該当します。生活機能の低下がみられる方には、元気な高齢者になるための教室を準備しています。生活機能が低下している高齢者をしてできるだけ早く見つけ出し、運動教室やもの忘れ予防教室、お口の健口体操などの介護予防プログラムへの参加を通して、要支援・要介護高齢者へ移行するのを防ぐのが目的です。

合言葉は

「元気で長生き!!」



介護予防って?

「介護予防」とは、年齢を重ねても自分らしく、いきいきと生きがいを持って暮らすための取り組みです。できる限り介護が必要にならないよう、また重度化しないように、自分で生活機能の向上を積極的に図り、できる限り自立した自分らしい生活の実現をめざしています。

家族介護教室 (第1回) にご参加ください

今年度も介護をされている方、興味をお持ちの方を対象にした『家族介護教室』を開きます。便利で役に立つ制度や方法など実技を交えた教室で、今回は、住宅改修や福祉用具の便利な活用方法を実際の写真や実物を用いて説明します。興味をお持ちの方は、お問い合わせの上、ぜひご参加ください。

- テーマ 介護をもっと楽に!～住宅改修・福祉用具を賢く利用しよう～
- 日時 6/11(土) 13時30分～15時
- 場所 社会福祉会館
- 受講料など 無料

