

こんにちは！ ニツ井地域包括支援センターです



「あるく」「しゃべる」「たべる」を3つの柱として健康寿命を延ばすため、太極拳や腰痛予防体操などさまざまな介護予防教室を開催。筋肉元気教室の最終日には31の方が出席し、3カ月間のトレーニングを無事終了しました。その他、家族介護教室や交流会の開催、介護および生活全般の相談窓口も開設しています。

お電話や来所でぜひお気軽にご相談ください。

認知症の正しい知識を身に付けるため
認知症サポーター養成講座を
開催します



認知症の症状や接し方などについて学びます。講座修了者にはサポーターの証となる「オレンジリング」を贈呈します。

日時 9月19日(木)
午後1時30分～3時
場所 サンピノ
問合せ 長寿いきがい課

☎89・53355

悩みや不安を語り合いませんか
ほつとカフェを開催します



認知症の方やご家族、認知症予防をしたい方、支えたい方など誰でも参加できます。ボランティアの参加もお待ちしております。

日時 9月27日(金)
午前10時～正午
場所 檜山崇徳館
費用 200円
問合せ 長寿いきがい課

☎89・53355

介護についてお悩みの方へ
家族介護者の集いを
開催します

●本庁地域包括支援センター
日時 9月27日(金)
午後1時～3時
場所 サンピノ
☎74・7156

●北地域包括支援センター
日時 10月10日(木)
午後1時30分～3時
場所 特養しののめ
☎74・7730

●南地域包括支援センター
日時 9月24日(火)
午前10時～11時30分
場所 東部公民館
☎74・6700

●ニツ井地域包括支援センター
日時 9月19日(木)
午前10時～11時30分
場所 特養よねしろ
☎73・6662

●ドリームの会(お楽しみ会)
日時 9月20日(金)午前11時～
場所 おとも苑
費用 1000円
申し込み 9月16日(月)までに
電話で

☎53・3467(奥村)

いつまでも元気に過ごすため
介護予防教室を
開催します

●本庁地域包括支援センター
日時 毎週水曜日
午前9時30分～11時30分
場所 サンピノ
☎74・7156

●北地域包括支援センター
日時 毎週水曜日
午前10時～11時30分
場所 特養しののめ
☎74・7730

●南地域包括支援センター
日時 9月13日(金) 檜山崇徳館
20日(金) 鶴形公民館
27日(金) 浅内自治会館
時間 午前10時～11時30分
期日/場所
☎74・6700

●ニツ井地域包括支援センター
日時 毎週第2・4木曜日
午前10時～正午
場所 特養よねしろ
☎73・6662

障がい者スポーツ普及・発展のため
初級障がい者スポーツ指導員
養成講習会を開催します

日時 11月2日(土)～4日(月・祝)
場所 秋田県心身障害者総合福祉センター(秋田県社会福祉会館内)

対象 県内在住の18歳以上の
方で、講習会修了後に同指
導員として活動できる方

定員 30人
費用 3500円(テキスト代)
※その他9300円の認定
申請料が必要です

申し込み 10月4日(金)までに
秋田県障害者スポーツ協会
ホームページ(<http://www.akta-sports.jp>)から申込
書をダウンロードし、必要
事項を記入の上、郵送また
はファクス(018・87
4・9467)で提出。

問合せ 〒010-0922 秋田市旭
北栄町1-5 秋田県社会
福祉会館5階

秋田県障害者スポーツ協会
☎018・864・2750