

介護予防サポーターを知っていますか？

介護予防サポーターとは？

通称「パワフル東郷」。町が開催する介護予防教室などで、設営準備の手伝いや安全に楽しく参加できるよう参加者に寄り添い、声掛けなどを行います。町が開催する介護予防教室を運営するのに欠かせないボランティアです。

活動場所

〈町が開催する介護予防教室〉

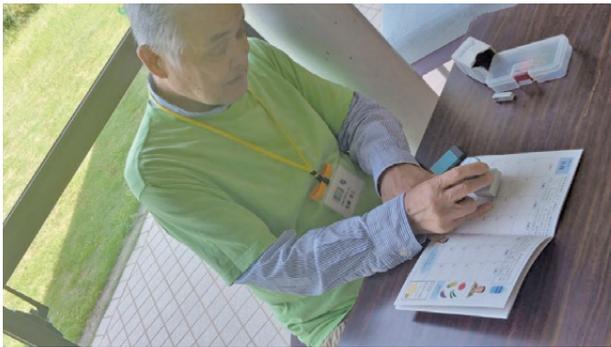
各地区で行うまちかど運動教室
元気アップ教室 はつらつコース
元気アップ教室 いきいきコース
健康づくりリーダーによる介護予防体操教室
理学療法士による体操教室 など

黄緑色の
Tシャツが目印



活動の様子

白土まちかど運動教室



受付で社会参加ポイントのスタンプを押しています

傍示本まちかど運動教室



体力測定も
お手伝いしています！

理学療法士による体操教室



一緒に体操もできます！

健康づくり リーダーによる 介護予防体操教室



椅子も協力して
並べています

活動者の声

自分の
健康維持にも
つながる



教室の
参加者さんと
関わるのが
楽しい！



ボランティア
ポイントが
貯まって
図書カードと
交換できる！



介護予防サポーター養成講座

スケジュール 第1回は参加必須です。3日以上受講することで介護予防サポーターと認定します。

	日にちと場所	時間	内容
第1回	10月21日(火) いこまい館 多目的室C	午前10時～正午	開講式 介護予防サポーターについて フレイル講話
		午後1時～3時	お口の健康講話 栄養講話
第2回	10月28日(火) いこまい館 多目的室B	午前10時～正午	お年寄りの心の健康
		午後1時～4時	普通救命講習I
第3回	11月4日(火) いこまい館 多目的室C	午前10時～正午	バイタルサインを高齢者の体調管理に生かす
		午後1時～3時	超高齢社会の地域活動に生かすレクリエーション～仲間を繋ぐ仕掛けのあれこれ～
第4回	11月11日(火) いこまい館 多目的室C	午前10時～正午	家庭介護におけるトラブルと応急手当の基礎知識
		午後1時～3時	超高齢社会における住民の主体的地域活動の必要性と心構え
第5回	11月18日(火) いこまい館 多目的室B	午前10時～11時30分	認知症サポーター養成講座
		午後1時～3時	ロコモ運動 閉講式
その他	終了後、介護予防教室の見学や体験をしてもらいます。(日時未定)		

※内容は変更する場合があります。

申し込み

対 象 町内在住の65歳以上の人

方 法 10月17日(金)午後5時までに高齢者支援課窓口または電話(☎0561-56-0753)もしくは右の二次元コードから



高齢者ボランティアポイント制度の対象事業です

高齢者ボランティアポイントとは?

社会福祉協議会が行うボランティア講座を受講した人に、高齢者ボランティア手帳を配布しています。活動に参加すると、30分で1ポイント(1日最大4ポイント)貯まります。10ポイント(年間最大100ポイント)で図書カード500円分と交換できます。

高齢者ボランティア講座

日 時 12月12日(金) 午前10時から

場 所 町民会館 視聴覚室

対 象 町内在住の65歳以上の人

申し込み 社会福祉協議会窓口または電話(☎0561-37-5411)

