

## 介護予防・日常生活支援総合事業補助金のお知らせ

住民主体の生活支援サービスを行う団体に対し、補助金を交付します。

### ■補助金額

①立ち上げに必要な経費

上限 10万円

②運営に必要な経費

上限 10万円

詳しくは、お問い合わせください。

問 高齢者福祉課 ☎ (93) 4981

## 募 介護予防講座

■日時 12月6日(火)

10:00～11:30

■場所 福祉センター1階集会室

■内容 高齢者の心身の特性について、手軽にできるラジオ体操の効果・実践

■講師 成田赤十字病院 理学療法士 花澤 学さん

■対象 市内在住または在勤

■定員 15人

■持ち物 運動のできる服装、タオル、飲み物

■申込み 12月1日(木)まで

問・申込先 市ボランティアセンター ☎ (92) 8221

## はつらつ健康 サポーター養成講座

マシンを使用した筋力トレーニングと介護予防に関する講義をセットで行う全10回の講座となります。

■日時 12月～2月

■場所 ①南部包括支援センター

②CSKスーパーシニアハウス

■内容 講義と実技

■定員 ①、②それぞれ10人

■申込み 11月22日(火)まで

■その他 参加はいずれか1施設のみとなります。なお、②のご利用は、新型コロナウイルスワクチンを3回接種している人に限ります。

問・申込先

高齢者福祉課 ☎ (93) 4981

## イベントの中止案内

新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、今年度は開催中止とさせていただきます。

イベント名	当初開催予定日	問合せ先
コミセン祭り	11月下旬	富里北部コミュニティセンター管理運営委員会 ☎ (93) 3755
令和4年度富里障害者フェスティバル	12月の障害者週間	社会福祉課 ☎ (93) 4192

## いきいき 広場



### 北部高齢者支援センター (北部地域包括支援センター)

日吉台 4-6-14

申込 ☎ (36) 7725

#### 絵手紙教室

■日時 11月2日(水)、16日(水)

14:00～15:30

■費用 1回500円

#### ふれあいクラブ

■日時 11月8日(火)

14:00～15:30

■費用 100円前後

### 西部高齢者支援センター (中部西地域包括支援センター)

福祉センター内

申込 ☎ (92) 2776

#### ささえ愛サロン

■日時 毎週火曜日

9:00～11:30

■費用 200円

■内容 健康講座、介護予防体操、カラオケなど

#### さとしくん健康ちよきん体操

■日時 毎週月曜日

10:00～11:30

■場所 福祉センター2階大会議室

■費用 無料

■定員 20名

■申込み 要予約



### 東部高齢者支援センター (中部東地域包括支援センター)

龍岡ケアセンター内

申込 ☎ (85) 5572

#### オンラインとみさと健康ちよきん体操

■日時 毎週金曜日 10:00～

■ミーティングID 557 255 7255

■パスワード chokin

#### オンライン講座

「介護予防講座～栄養編～」

■日時 11月22日(火) 10:00～

■ミーティングID 557 255 7255

■パスワード なし

※ zoom を使用した web 配信です。

#### 包括農活

■日時 毎週月曜日 9:30～12:00

■場所 市立図書館からはなみずきの里の間にある空き地

■費用 無料

■内容 栽培を通じた交流、集いの場

### 南部高齢者支援センター (南部地域包括支援センター)

特別養護老人ホーム九十九荘向い

申込 ☎ (90) 6331

#### ポッチャ体験会

■日時 11月26日(土)

9:00～12:00

■申込み 要予約