

令和 5 年 1 1 月 9 日

「介護予防だよ！全員集合」を開催

～元気の秘訣は「みんなで楽しむ！」～

1 概要

今年度も「介護予防だよ！全員集合」を開催します。今年で 5 回目、200 人を超える方々が参加します。

市内の介護予防自主グループで活動をしている高齢者が、年に 1 回、一同に集まり交流を図ることで、継続的に活動する意欲を高めるイベントです。

2 日時及び場所

- (1) 日 時 令和 5 年 11 月 12 日(日)10 時～11 時 30 分
- (2) 場 所 竹原市民館ホール

3 内 容

- (1) 90 歳を超えて参加している高齢者、自主グループ発足 3 年以上のグループ表彰
- (2) グループ発表
- (3) 短期集中リハビリの紹介
- (4) 生活支援コーディネーターによる〇×クイズ など

介護予防自主グループとは

住民主体で運営する介護予防の活動を実施するための通いの場です。今年で創設から 14 年を迎えるグループがあります。

現在、市内 58 か所で約 800 人の 65 歳以上の人々が、毎週 1 回以上「竹原はつらつ体操」「竹原お口の体操」を実施し、健康寿命の延伸のため取組を行っています。

市内のリハビリ職、歯科衛生士、管理栄養士が活動支援

自主グループ活動は、リハビリ職、歯科衛生士、管理栄養士が活動支援をしています。

イベント当日には、コミュニティサポートネットワーク竹原(※)のメンバーが日頃の活動のモチベーションを上げるための最新のお役立ち情報を提供します。

※コミュニティサポートネットワーク竹原：介護予防の促進支援のために、リハビリ職、管理栄養士、歯科衛生士等が、専門職の立場で研鑽を積むグループです。

問い合わせ

市民福祉部 健康福祉課 介護福祉係 担当：伊藤・岡田

T E L 0846-22-7743 F A X 0846-23-0140