

介護予防教室

介護予防体操や、お口の健康等を学びます。時間中、出入り自由です。

名前	とき	参加費	問い合わせ
中央いきいきセンター *事前申し込みが必要です。	水・金曜日 午前10時～午後3時	200円*	県央福祉会 ☎31-1810
田島いきいきセンター *事前申し込みが必要です。	月・木曜日 午前10時～午後3時		
AOZORA介護予防教室	月・水・金曜日 午前10時～正午/午後1時～3時	無料	特別養護老人ホーム長和園 ☎35-2131
老人福祉センター 栄寿荘 *事前申し込みが必要です。	火・木曜日 午前10時～午後3時	100円*	さかえ福祉会 ☎45-0500
いっぴく介護予防教室 *事前申し込みが必要です。 *送迎が必要な人は相談ください。	水曜日・第2・4木曜日 午前10時～午後3時	無料	特別養護老人ホームいっぴく ☎41-3322

*昼食を希望する人は別途昼食代が掛かります。

認知症に関する相談窓口

名前	とき	ところ・申し込み
おひさま喫茶	平日 午前10時～午後5時	はあとふるあたごグループホーム三条(石上) ☎36-5555
なでしこオレンジカフェ	平日 午前10時～午後4時	なでしこ嵐南(南四日町) ☎35-7045
こころ茶屋		グループホームこころつくし(西大崎) ☎38-0093
ふれあいカフェ		グループホームふれあいの杜三条(大面) ☎46-0220
カフェ花みずき		ライフケア花みずき(島潟) ☎46-5873

高齢者を地域で見守りましょう

高齢介護課
☎34-5472

近所の高齢者が、いつもと様子が違ったり、心配なことがあるようだと感じたら、お住まいの地域の地域包括支援センターに相談ください。身近にできることから、地域の見守りに協力ください。

こんなサインに要注意

- 郵便物や新聞がたまっている。
- 洗濯物が取り込まれていない。
- 暗くなっても電気が点かない日が続いている。
- 家族が介護に疲れている。
- 傷やあざが増えている。
- 高齢者に会わせてもらえない。
- 見慣れない人が出入りしている。

地域包括支援センター

- 嵐北 ☎36-0620
- 東 ☎38-4455
- 栄 ☎45-7600
- 嵐南 ☎36-5001
- 下田 ☎46-3193



ホームページ

いきいき健幸レポート

高齢者等見守り事業

一人暮らしの高齢者の人や高齢者のみ世帯の人が安心して暮らせるよう、地域のボランティアが定期的に自宅を訪問し、見守りをを行っています。

利用を希望する人は、高齢介護課へ相談ください。



定期的に見守ってもらえるので、安心です。

訪問でいろいろなお話を聞いて、元気をもらっています。



けんこう せいかつ 健幸生活

2月のセカンドライフ応援セミナー

折り紙ボランティア養成講座

指先を使った脳活をします。

とき…2月21日(火) 午前10時～11時30分

ところ…三条東公民館

定員…20人

申し込み…セカンドライフ応援ステーション
(市役所第二庁舎内) ☎47-0033

セカンドライフ応援ステーション

「退職後に何か活動がしたい」「まだまだ社会と関わりを持ちたい」など、充実したセカンドライフを応援します。

登録すると、毎月、ダイレクトメールでさまざまな情報をお届けします。



ホームページ

相談会情報

ワークサポート三条 お仕事個別相談会

就労支援相談員が無料で仕事探しの相談を受けます。求人のおっせんはありません。

とき…2月16日(木) 午前10時～午後1時

ところ…三条東公民館

申し込み…セカンドライフ応援ステーション
(市役所第二庁舎内) ☎47-0033

さんちゃん健康体操

ところ	曜日	時間	とき
厚生福祉会館	月	午前10時	2月6日、13日、20日、27日、3月6日
栄寿荘	月	午後2時	2月6日、13日、20日、27日、3月6日
下田公民館	火	午後2時	2月7日、14日、21日、3月7日
サンファーム三条	水	午前10時	2月1日、8日、15日、22日、3月1日
ソレイユ三条	水	午前10時	2月1日、15日、3月1日
嵐南公民館	金	午後2時	2月3日、10日、17日、24日、3月3日

ハッピーボランティア参加者募集

申込開始は2月1日(火) 午前9時です。

シアター嵐南 運営補助

とき…2月9日(木) 午後1時～4時

ところ…嵐南公民館

シアターさかえ 運営補助

とき…2月15日(水) 午後1時～4時

ところ…教育センター

蔵書点検・書架清掃

とき…2月24日(金)～27日(月) 午前10時～正午
ところ…まちやま

◆共通事項

申し込み…セカンドライフ応援ステーション
(市役所第二庁舎内) ☎47-0033

ハッピーボランティア

対象 市内在住の65歳以上

*65歳未満の人も、一部対象となるものがあります。

*セカンドライフ応援ステーションへの登録が必要です。

謝礼金 1回500円