

すこやかトレーニングスクール

11月のプログラム 「キレイなママのからだづくり」

スポーツ村すこやか町民開放日(毎月第3日曜日)に合わせ、トレーニングスクールを行います。「ママの骨盤ケア」を中心としたプログラムを通して、楽しく健康づくり・体づくりをしましょう。

■日時 11月19日(日)午前10時～午前11時30分

■場所 阿久比スポーツ村陸上競技場内(雨天時は屋内練習場で実施)

■対象 町内在住で子育て中のママ

■定員・参加料 20組(先着順)・無料

■申し込み方法 電話、FAX、電子メールまたは直接社会教育課の窓口で申し込んでください。その際、氏名、年齢、住所、電話番号をお知らせください。(FAX、電子メールの場合は件名に「トレーニングスクール」と明記してください。)

■申込期限 11月17日(金)

■申し込み・問い合わせ先

社会教育課体育係

☎(48) 1111 (内1228)

FAX(48) 6229

電子メール taiiku@town.agui.lg.jp

■講師 平井由佑子さん(健康運動指導士)

数多くの自治体、スポーツクラブにおいてトレーニング教室、健康づくり教室、からだづくり教室などの講師を務める。今話題のコアトレーニングの指導にも精通している「からだづくりのスペシャリスト」。



高齢者おかえりサポート事業のご案内

町では、認知症によりひとり歩き(徘徊)するおそれのある在宅高齢者の事故の未然防止と、行方不明になった場合の早期発見のため、「おかえりサポートシール」を配付しています。

配付の際、対象者の特徴や緊急連絡先などを登録していただきます。行方不明などの緊急時に、警察や消防などと登録情報を共有しながら対応します。

■事前に登録すると

高齢者が行方不明になった場合、警察官などが捜索するのに役立ちます。高齢者が保護された場合に、早急に家族と連絡を取ることができます。

■利用について

登録された方には、シールを5足分配付します。くつやサンダルに貼ってください。



使用例

■対象者

町内在住(施設入所者を除く)で、次のいずれかの条件に該当する方

▽65歳以上の方

▽65歳未満で認知症によりひとり歩き(徘徊)をするおそれのある方、または要介護・要支援認定を受けている方

■費用 無料

■申請方法

地域包括支援センターにご相談ください。(胸より上の写真1枚、全身の写真1枚(大きさL版)、印鑑(認め可)を持参してください)

■皆さんへのお願い

靴などに「おかえりサポートシール」を貼った高齢者が、次の状況にある場合は「どちらへ行かれますか」「何かお困りのことはありませんか」など声を掛けてください。

▽夜間、早朝などに一人である場合

▽道端などに座り込んでいる場合

▽赤信号でも横断しようとする、交差点で車道に踏み出して信号を待つ、車道を歩くなど、危険な行動が見られる場合

▽その他、困ったような様子が見受けられる場合

明確な反応がなかった場合は、包括支援センターにお電話ください。夜間の場合、または対象者がけがをしているなど緊急性がある場合は、警察署または消防署へ通報してください。

■申請・問い合わせ先

地域包括支援センター ☎(48) 1111 (内1127)