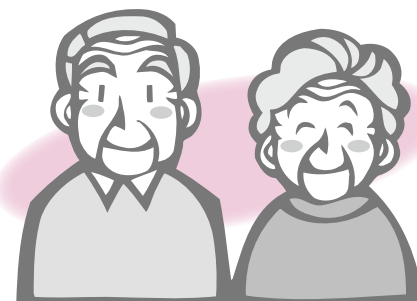


高齢者の笑顔と健康を支えます

市では、在宅の高齢者やその家族の健康と笑顔を支えるために、2カ所の地域包括支援センターと6カ所の在宅介護支援センターを置き、65歳以上の方を対象とした3つの介護予防事業に取り組んでいます。



- 二次予防事業対象者 要支援及び要介護状態となる可能性が高いと認められる方
- 一次予防事業対象者 上記以外の方

地域包括支援センターには幅広い介護の知識を持った専門家がいる、高齢者の皆さんが住み慣れた地域で安心して暮らせるように、介護、福祉、保健、医療など、様々な面から支援を行います。
お気軽にご相談ください。

3つの介護予防事業

| 教室名 | 対象者 | 内容 |
|------------|-----------|--|
| お達者教室（10回） | 二次予防事業対象者 | 口腔機能の維持・改善、運動、栄養状態のチェックを中心に行う介護予防教室です。 |
| ねんりんクラブ | 二次予防事業対象者 | 健康チェック、軽運動、創作活動等を行う教室です。 |
| 転ばん教室（5回） | 高齢者クラブ* | 正しい姿勢や簡単に家でできる運動を行う教室です。 |

*各中学校区から希望する1クラブ

