# 地域包括支援センター

問 健康福祉課　高齢福祉係　☎22-7504
地域包括支援センター　☎22-7505

## 垂井町一般介護予防事業 シニアはつらつ教室

健康ポイント対象

みんなで楽しく貯筋トレーニング



| と　き | | ところ |
|---|---|---|
| 12月11日(金) | ①9:30～10:30<br>②10:40～11:40 | 栗原地区まちづくりセンター |
| 12月24日(木) | | 東地区まちづくりセンター |
| 12月25日(金) | | 表佐地区まちづくりセンター |
| 12月28日(月) | | 府中地区まちづくりセンター |
| 1月8日(金) | | 栗原地区まちづくりセンター |
| 12月17日(木) | ①13:00～14:00<br>②14:10～15:10 | 岩手地区まちづくりセンター |
| 1月6日(水) | | ワイワイプラザ垂井 |

▶**対　象**／町内在住の65歳以上
▶**定　員**／1コマ15人
▶**参加費**／無料
申・問 NPO法人Let'sたるい　☎22-0139

## 垂井町認知症カフェ メモリーカフェいぶきっさ

健康ポイント対象



物忘れが気になる人や認知症の人、その家族、地域のみなさんと交流しませんか。お茶を飲みながら、楽しい時間を過ごしましょう。

▶**と　き**／12月23日(水)　午前9時30分～11時30分
▶**ところ**／いぶき苑別館　花ホール
▶**定　員**／25人(先着順)
▶**参加費**／200円
問 特別養護老人ホームいぶき苑　本館　☎22-5211

## 垂井町認知症カフェ　なごみ

健康ポイント対象

認知症の人、その家族、そして地域の人たちがいつでも相談でき、自分たちの思いを伝えられる時間を過ごしませんか。どなたでも参加できます。
▶**と　き**／12月8日(火)　午前10時～11時30分
▶**内　容**／「健康体操と脳トレで心も体も元気に」
▶**ところ**／優・悠・邑　和　研修室
▶**定　員**／35人程度
▶**参加費**／100円
問 盲養護老人ホーム　優・悠・邑　和　☎22-3780

## 電気の使い方で高齢者の健康を見守る　健康リスク分析事業

登録者募集

ご自宅にある電力スマートメーターから収集した電気の使用状況で、健康リスク(心身の不調につながる可能性)を毎月分析します。健康リスクにつながるかもしれない変化を検知した場合は、地域包括支援センターの職員が電話や訪問をして適切な対処をすることで、高齢者がいつまでも健康で元気に暮らせるように支援します。
この事業は、令和7年度から実施しており、現在、約60名の方が登録されています。




▶**対　象**／65歳以上のひとり暮らしの人(※要介護認定者は除く)
▶**料　金**／無料
▶**その他**／お預かりするデータは本事業のみに使用しプライバシーは守られます。
申・問 地域包括支援センター　☎22-7505