

「介護予防教室」について

住み慣れた土地で、できるだけ自立した生活を続けられるように、心と体の健康を維持、改善するための取り組みを「介護予防」といいます。市では、65歳以上の方を対象に下記の「介護予防教室」を開催しています。いつまでも元気でいきいきとした生活が送れるように、ぜひご活用ください。

愛西おでかけサロン

- ▶ **内 容** / 体操やゲーム、手工芸などを通じて楽しく過ごせる集まりです。
- ▶ **開催回数** / 月2回
- ▶ **会 場** / 佐屋老人福祉センター
文化会館
立田南部地区防災コミュニティセンター
立田北部地区防災コミュニティセンター
八開総合福祉センター
J A あいち海部佐織支店



脳若トレーニング教室

- ▶ **内 容** / 貸出用タブレット (iPad) を使って、講師の指導のもと「脳を鍛える」ことが目的の教室です。
- ▶ **開催回数** / 月1回
- ▶ **会 場** / J A あいち海部永和支店
J A あいち海部立田支店
J A あいち海部佐織支店

※今年度はJ A あいち海部永和支店、佐織支店は定員に達しています。参加を希望される場合は、立田支店へお申し込みください。



- ★各教室とも、おおむね2時間程度です。会場によって開催日および時間が異なります。
- ★新型コロナウイルス感染症の感染予防対策として、手指の消毒、マスクの着用、換気などの対策を行って開催しています。

▶ **問い合わせ・申し込み先** / J A あいち海部北部営農センター生活部介護課 ☎(28)6848

※この教室は、一般介護予防事業に位置付け、J A あいち海部に委託をして実施しております。

☎ 高齢福祉課 地域包括支援センター ☎(55)7117