

# 「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。

## 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  
佐織公民館  
JAあいち海部佐織支店



※現在、定員に空きのある会場もあります。  
参加を希望される場合は、問い合わせ・申し込み先へお申し込みください。

## 脳若トレーニング教室

- ▶ **内 容** / 体操や貸出用タブレット(iPad)を使った脳トレーニング(紙面の脳トレーニングも行います)
- ▶ **開催回数** / 月1回
- ▶ **会 場** / JAあいち海部永和支店  
JAあいち海部立田支店  
JAあいち海部佐織支店



※現在、3会場とも定員に達しています。

- ★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** / JAあいち海部生活部介護課 ☎(28)6848

※この教室は、一般介護予防事業として、JAあいち海部に委託しております。

☎ 高齢福祉課 地域包括支援センター ☎(55)7117