

# 高齢者健康生きがいがづくり講座「健康な脳づくり教室」 認知症予防実践プログラム(ADAP) 講演・体験会を開催します

ヒトはサルから別れ二本足で立ち、手をよく使い、言葉を獲得することによって長い年月をかけ脳を発達させてきました。普段から手、足、口をよく使えば、脳は活性化され、認知症の予防につながります。

認知症予防実践プログラムでは、手、足、口を繰り返し楽しく働かせ脳を活性化して認知症予防に取り組みます。

**とき** 平成30年6月4日(月)

第1部 午前9時30分～10時25分、第2部 午前10時30分～11時30分

**ところ** 総合福祉センター 3階 多目的ホール

**対象** 65歳以上の方または老人クラブ会員

**内容** 第1部 講演「認知症予防で余生を楽しく～人生100年の時代へ～」

第2部 体験会「脳活手足口体操&音楽ほっこり療法」

**講師** 第1部 西野 仁雄 氏

第2部 山下一郎 氏、白木 基之 氏

**定員** 100名(チケットを配布します) **参加費** 無料

**チケット配布・問合せ先**

老人福祉センター ☎(443)0553

地域包括支援センター(総合福祉センター内)

☎(442)0857



## ごみ出し支援事業が始まりました

家庭から排出される一般廃棄物を、自分で所定の集積所まで持っていくことが困難な高齢者や障がい者等の世帯を対象に、ごみの戸別収集を行います。

**対象**

- ・要介護認定または要支援認定を受けている方で、おおむね65歳以上のひとり暮らしの世帯またはおおむね65歳以上の方で構成されている世帯
- ・身体障害者手帳・療育手帳・精神障害者保健福祉手帳のいずれかを所持している方で、ひとり暮らしの世帯または障がい者で構成されている世帯

※自分で所定の集積所まで持っていくことが可能な世帯または親族や近隣住民等の協力を得ることができる世帯を除く

**申請の流れ**

- ① 民生課に申請書を提出してください。
- ② 申請者の状況を確認するため、訪問調査を行います。
- ③ 調査終了後、支援の可否を決定し、申請者に通知します。
- ④ 支援を開始します。

**問合せ先**

役場 民生課 内線115・158

