

包 括 便 い

【第22号】

発行：羅臼町地域包括支援センター

住所：羅臼町栄町(役場1階)

(担当：飯島・八幡)

電話：87-5880

「ふまねっと教室」が始まりました!!!

昨年度から町内の各所で、主に高齢者を対象として「ふまねっと運動」を行っています。みなさんは「ふまねっと運動」を見たり、体験されたりしたでしょうか？
今年の4月から、福寿園で火曜日と木曜日の週2回「ふまねっと教室」を開催しています。時間は13:10頃から30分程度です。



時間は短いですが、気をつけて歩くことに集中して楽しく運動しています。教室の状況は、随時包括だよりでお伝えしていきたいと思ひます。



この「ふまねっと教室」には、昨年羅臼町で開催した「ふまねっとサポーター養成講座」を受講した、サポーターの方のお手伝いもしていただいています。

「ふまねっと運動」や「ふまねっとサポーター」に興味のある方がいらっしゃいましたら、是非見学や体験にお越しください。お待ちしております♪♪♪

ふまねっとに関する問い合わせは地域包括支援センター 87-5880 までご連絡ください。

お知らせ

調査の協力をお願い

町では65歳以上の方を対象に生活の状況や介護などに関する調査を行っています。ご家庭に訪問しての聞き取り調査ですので、調査員がうかがった際はご協力をお願いします。

認知症サポーター
になりませんか？

認知症を正しく理解し、認知症の方々を地域で暖かく見守り、支援するサポーターを養成する講座を開催します。数人から開催できますので、ぜひご相談ください。

地域の集まりに呼んでください

当センターでは、町内にお住まいの方々の集まりに積極的に参加して、介護保険制度や介護予防をはじめ、様々な情報提供に努めます。人数・開催時間は問いませんので、ご連絡ください。お待ちしております。