

# 高齢者生きがい活動の募集案内について

町では、高齢者の地域活動を中心としたサービスを提供する高齢者生きがい活動の参加希望者を募集しています。

- 1 参加対象者 町内在住の65歳以上の高齢者で、介護保険要支援・要介護認定の判定を受けていない方
- 2 開催日 毎月第2・第4土曜日  
※年末・年始など一部日程が変更となる場合があります。
- 3 開催場所 鹿部老人デイサービスセンター  
(鹿部町字鹿部258番地75 電話7-3305)
- 4 利用料金 1回利用料500円+食材費500円=1,000円  
※事業内容により別途実費負担がかかる場合があります。



## 生きがい活動内容

### ①基本事業

健康チェック・送迎サービス・昼食サービス・いきいき体操

### ②生きがい活動

パークゴルフ・バーベキュー・各種ゲーム・町外へのショッピング・プルーン狩り・趣味活動(籐細工)・料理教室・お花見会・その他

※事業内容変更の可能性あり

## 1日のスケジュール

- 9:00~10:00 バスによる迎え
- 10:00~10:30 健康チェック
- 10:30~12:00 いきがい活動
- 12:00~13:00 昼食・休憩
- 13:00~13:30 ゲームまたはいきがい活動
- 13:30~14:00 休憩・帰宅準備  
バスによる送迎

※あくまでもおおまかな目安です。

高齢者生きがい活動事業について、ご不明な点がございましたら下記までご連絡ください。

※お問い合わせ先 役場保健福祉課 地域包括支援係(鹿部町地域包括支援センター) (TEL:7-5291)

# 血圧を測ってみませんか？

鹿部町役場といこいの湯に、新しく自動血圧計を設置しました。

自動血圧計では、血圧と脈拍を測定することができます。血圧と脈拍は測定値が印刷されますので、定期的に測って記録すると、健康管理に役立てることができます。

血圧が高い状態である高血圧は、脳疾患や心疾患の原因となります。

血圧値などで心配なことがある場合は、かかりつけ医か保健師までご相談ください。自動血圧計は、どなたでも使うことができますので、皆さんの健康管理にお役立てください。



鹿部町役場1階の多目的スペースに設置しています

※お問い合わせ先 役場保健福祉課 保健推進係 (TEL:7-5291)