

# いきいきパワーアップ事業に 参加しませんか？

## Ⅱ第1クール参加者募集Ⅱ



毎回ご好評を頂いている、いきいきパワーアップ事業（第1クール）を実施いたします。

この事業は小松島病院リハビリテーション部の指導により、週1回90分程度の有酸素運動やストレッチ運動等を行います。日頃から運動不足を感じている方、いきいきパワーアップ事業に参加してみませんか？

なお、今年度は全3クール（第2クール10月～12月頃・第3クール1月～3月頃）会場を変更しての実施を予定しており、第2クールの参加者募集については、広報9月号にてお知らせいたします。

### 【参加対象者】

40歳～65歳までの市内在住の方で、医師の運動制限を受けていない方。手すりなしで階段昇降できる程度の体力のある方。

### 【実施日時】

7月1日～9月9日 毎週木曜日（1クール10回実施）  
午後6時～7時30分まで

※初回と最終回に身体計測、体力測定を行います。

【実施場所】小松島リハビリテーションクリニック（日開野町字宮免2番地の1）

【参加費】無料

【募集人員】35名程度

参加希望者は官製はがきに「いきいきパワーアップ事業（第1クール）参加希望」と明記し、住所、氏名（ふりがな）、生年月日、電話番号を記入のうえ、左記あて先に郵送してください。応募の締め切りは6月21日（必着）といたします。応募者多数の場合は、抽選で参加者を決定し、参加決定者には改めて通知いたします。

なお、この応募にかかる個人情報、参加者決定以外に使用することはありませんので、ご安心ください。

### 【応募先・お問い合わせ先】

市介護福祉課高齢福祉係（市役所1階⑧番窓口 ☎32・3507）まで。

## 65歳以上の方へ

# 生活機能評価を 実施いたします

65歳以上の方を対象に生活機能評価チェックリスト（ピンク色の用紙）を送付いたします。生活機能評価とは、年齢とともに現れる心や身体の衰えといった生活機能の低下を早期に発見するために実施するものです。「はい」「いいえ」で答える簡単な形式ですので、是非ご自身で記入し、介護福祉課へ返送してください。

なお、また後日、生活機能評価の結果により皆様に適した介護予防教室へのご案内をさせていただきます。

### 【対象となる方】

平成22年5月1日現在65歳以上の方（要支援・要介護認定を受けている方を除く）

### 【チェックリスト発送予定日】

平成22年6月7日発送予定

詳しくは、市介護福祉課高齢福祉係（☎32・3507）まで。

## 障がい者地域活動支援センター（NPO法人「花みずき21世紀会」）からのお知らせ

障がい者地域活動支援センター（NPO法人「花みずき21世紀会」）は、小松島市から委託され地域で生活している在宅の障がい者の方に対し、日中の居場所として自由に過ごすことができる空間を提供し、そこで作業やレクリエーションのサービスを行い、社会との交流の促進等の支援をしています。

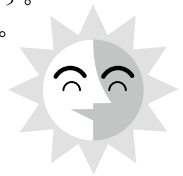
参加について詳しくは下記までご連絡ください。

### NPO法人花みずき21世紀会

住所＝小松島市中田町狭間38-4

電話＝0885・34・0118

FAX＝050・337・10680



## 聴覚障がいや難聴者の方へのお知らせ

手話通訳や要約筆記の派遣依頼をする際のFAX番号をお知らせします。

### 【手話通訳の派遣は】

徳島ノーマライゼーション促進協会（障害者交流プラザ内）  
（FAX 088・634・2020）

### 【手話奉仕員の派遣は】

小松島市身体障害者連合会（小松島市介護福祉課内）  
（FAX 0885・35・0272）

### 【要約筆記奉仕員の派遣は】

○特定非営利活動法人 文字情報支援ひこばえ  
（FAX 088・669・0690）