

介護予防サポーター講座のお知らせ

高齢者の健康づくりを支える介護予防サポーターを養成します。

自分自身、家族や友人、地域の健康づくりに関心のある人は、ぜひ参加してください。

と き 8月23日(水)、24日(木)、30日(水)、31日(木)

と ころ 京都学園大学体育館講義室

対 象 介護認定者を除く亀岡市民

講 師 木村みさかさん(京都学園大学健康医療学部教授)、吉中康子さん(京都学園大学経営学部教授)など

定 員 30人(先着順)

参加料 無料

申し込み **問** 8月10日(木)までに講座名(介護予防サポーター講座)、氏名、年齢、性別、住所、電話番号を記入の上、FAXまたは電話で次へ
NPO法人元気アップAGEプロジェクト

TEL090-8539-2255

FAX29-3655

(高齢福祉課)

元気アップ講座

介護予防に関心のある高齢者の皆さんに元気でいきいきとした生活を続けてもらえるよう、元気アップ講座を開催します。

と き 8月7日(月)

午前10時～11時30分

と ころ あんしん長寿センター(ガレリアかめおかエイジレスセンター内)

対 象 65歳以上の人

※ただし要介護認定を受けている人は参加できません。

内 容 「体操」

楽しい体操で健康づくりをしましょう。

講 師 NPO法人 元気アップAGEプロジェクト

定 員 20人(申し込み多数の場合は抽選)

募集期間 7月10日(月)～31日(月)

参加料 無料

申し込み **問** あんしん長寿センター TEL29-2133

(高齢福祉課)

認知症市民公開講座

市民の誰もが、認知症を正しく理解し、助け合えるまちづくりを進めるため、市民公開講座を開催します。

と き 7月30日(日)

午前9時50分～正午

(午前9時30分から開場)

と ころ ガレリアかめおか2階大広間

演 題 第一部講演「認知症、あれ・これ」、第二部講演「認知症を理解し、地域で支えるには～介護者の立場から～」

講 師 第一部：森信人さん(医療法人亀岡病院神経内科・認知症サポート医)、第二部：荒牧敦子さん(公益社団法人認知症の人と家族の会)

定 員 120人(要申し込み・先着順、無料)

申し込み **問** 7月27日(木)までに、①名前②連絡先を電話、FAXまたは市役所1階高齢福祉課(24番窓口)へ直接

TEL25-5117、FAX24-3070

(高齢福祉課)

マッサージサービス事業

介護保険の認定を受けている人を在宅で介護している家族を慰労し、高齢者が住み慣れた地域でいきいきと暮らせるようマッサージサービスを無料で実施します。

と き 7月27日(木)、30日(日)

午前10時～午後3時

と ころ 総合福祉センター2階 教養娯楽室(内丸町)

対 象 ①介護保険の要支援1

～要介護5の認定を受けている人を在宅で介護している人

②市内在住で65歳以上の人

定 員 ①各日12人②各日6人(①、②どちらも申し込み多数の場合は抽選)

参加料 無料

申し込み 7月19日(水)午前9時から午後3時までの間に、①電話で市役所1階高齢福祉課 TEL25-5032

②電話で亀岡市視覚障害者協会事務所(総合福祉センター内) TEL22-1311

問 ①市役所1階高齢福祉課

TEL25-5032

②酒井さかい TEL090-1484-9161

(高齢福祉課)

社会を明るくする運動「安全・安心な明るい亀岡」～支えあい、思いやり・ぬくもりのある地域社会を築こう～

7月は「社会を明るくする運動」の強調月間です。少年非行防止と更生の援助について理解を深め、それぞれの立場で力を合わせて犯罪や非行のない「安全で安心して暮らせる明るい社会」を築きましょう。

重点日に開催する市民中央集会への参加をお願いします。

《市民中央集会》

と き 7月15日(土)

午後2時～4時10分

(午後1時40分から受け付け)

と ころ ガレリアかめおか1階 コンベンションホール

内 容

○小・中学生の意見発表

○保崎恵理子さん(京都府警察本部警務部警務課犯罪被害者支援室室長補佐)による講演

○亀岡高等学校吹奏楽部演奏

問 市役所1階地域福祉課(20番窓口)

TEL25-5029、FAX24-3070

(地域福祉課)

車に乗るときは、全席シートベルトを着用しましょう