

～離れていても集わなくても心はつながっている～
YouTubeで動画配信がスタート



新型コロナウイルス感染拡大防止のために人と会うことや、行事などになかなか行けない中、家庭でも楽しんで取り組んでもらえるよう、地域における取り組み、介護予防につながる体操やストレッチ、脳トレなど、動画で順次紹介していきます。動画はQRコードからご覧ください。



【問】松原市社会福祉協議会(333 - 0294)



令和2年度 第3期生を募集
障害者筋力アップ

トレーニング教室

指導員付き添いでトレーニング機器を使った筋力アップトレーニングを開催します。活力あふれる日常生活を送られるように、けがをしない力強い体作りを目指し、楽しくトレーニングしませんか。

【時】12月19日～令和3年3月13日の毎週土曜日(祝日を除く全12回) a 班午後1時～2時 b 班午後2時15分～3時15分 c 班午後3時30分～4時30分【所】総合福祉会館【対】市内在住の65歳未満(昭和30年12月20日生まれ以降)の障害者手帳(身体・療育・精神)所持者。介護保険第2号被保険者の人は要介護認定1、または要支援1・2の人。健康状態により主治医の意見書を提出してもらう必要がある、結果的に申し込みの受け付けができない場合があります。
【定】3班とも各3人 申し込み多数の場合は抽選。【申】11月2日～17日に、障害福祉課へ。郵送での受け付けもありませんので、お問い合わせください。【問】障害福祉課



新たな人や地域とのつながり方を
生活支援コーディネーターが提案

シニア向けやさしくわかるスマートフォン教室

新しい生活様式のなかで人と交流するツールとしてスマートフォンを活用してみませんか。

【時】11月24日 午後2時～4時

【所】まつばらテラス(輝)

【内】最初に知っておきたいスマートフォン術、日常生活に役立つ使い方など

【講】ソフトバンク(株)スマートフォンアドバイザー

【対】スマートフォンに慣れていないもしくは使ったことがない高齢者

【定】先着20人(予約制) 応募多数の場合は抽選

【備】体験用スマートフォンは用意します。スマートフォンを持っている人は持参してください。参加者は当日マスク着用と手指消毒にご協力をお願いします。

【申】問】11月4日～10日に電話(333-0294)で松原市社会福祉協議会生活支援コーディネーターへ。



松原市生活支援サービス
従事者養成研修

半日の講座を2日間受講し高齢者に対する掃除や整理整頓、生活必需品の買い物、調理ほか日常的な生活支援などの業務に従事するために必要な知識を習得する目的で研修を開催します。

【時】11月24日・25日 午前9時15分～午後0時45分

【所】まつばらテラス(輝)

【対】市内在住で、生活支援サービス従事者として働くことを希望する人生活支援サービス事業所で働くことが決まっている人 介護サービスの仕事に興味がある人(からのいずれかに該当する人)。

【定】30人

【¥】テキスト代 500円

【保】研修参加にあたり、利用可能。

【申】問】11月20日までに電話(333-0294)またはFAX(335-0294)で、松原市社会福祉協議会へ。

