

# 那須町『にこにこ子育てママメール』のご案内

安心して出産や子育てができるように、おなかの赤ちゃんやお子さんの成長の様子とあわせて、子育てに関するアドバイスやサービスなど、タイムリーな情報を配信しています。妊婦(と家族)の方や乳幼児(3歳未満)の保護者の方は、ぜひご利用ください。

登録方法は右のQRコードを読み取り、空メールを送信してください。

一両日中に確認メールが届きますので、内容を確認のうえ登録ください。

■問合せ こども未来課こども政策係 ☎72-6959



ニコニコ子育てママメール



ニコニコ子育て

## 認知症ってなあに？ 「認知症サポーター養成講座」

認知症と物忘れの違いって何。認知症って言葉は知っているけど、どんな病気なの。最近あの人、今までと違うかも。家族や知人が認知症になったらどうしたらいいの。認知症はどうやったら予防できるの。そんな認知症の疑問を学び、「認知症になっても安心して暮らせるまち」を一緒に思い描いてみませんか。

### ▼認知症サポーターとは

認知症について正しく理解し、偏見を持たず、認知症の人や家族に対して温かい目で見守る「応援者」です。

### ▼日程

- ① 7月23日(月)午後1時30分～3時30分 芦野基幹集落センター
  - ② 7月31日(火)午後1時30分～3時30分 旧室野井小学校体育館
  - ③ 8月27日(月)午後1時30分～3時30分 ゆめプラザ・那須
  - ④ 8月30日(木)午後1時30分～3時30分 伊王野基幹集落センター
- ※①から④まで全て同じ内容です。
- ▼講師 キヤラバン・メイト 奥木美保氏(那須ケアサービスセンター)
- ▼対象 町内在住・在勤の方
- ▼参加費 無料

▼締切り 各日程2日前まで  
※締切日が土日にあたる場合は、前週の金曜日まで

▼申込み・問合せ 那須町社会福祉協議会(那須町生活支援体制整備協議会事務局)  
☎⑦5133



## 身体障がい者巡回相談を 実施します(要予約)

▼日時 8月29日(水)午後2時～4時

▼場所 那珂川町健康管理センター(那珂川町馬頭66-3)

▼内容 整形外科医が身体のことについて無料で相談に応じます。また、相談内容に応じて理学療法士、保健師などが専門的な助言をします。

※事前に町職員が聴き取りを行います。

▼医師 西川晋介氏(西川整形外科)

▼申込み・問合せ 保健福祉課障がい者福祉係 ☎⑦6917  
(申込み多数の場合は先着順となります)

## 介護予防・生活支援サービス事業 「心身力アップ教室」のご案内



少し足腰に心配はあるけど「転ばないようにしたい」、「体力をつけて気軽に出かけたい」、「他の人と交流して元気になりたい」などの「したい」「なりたい」を叶えるために一緒に取り組んでみませんか。町では、生活機能の低下が認められる高齢者の方を対象に、短期集中的なトレーニングにより生活機能の向上を図る「心身力アップ教室」を開催しています。

参加した皆さんからは「痛みが軽減した」、「調子が良くなった」、「楽しい。来て良かった」等の声が聞かれています。参加を希望される方は、ご相談ください。

▼日時 8月3日～11月9日(各回金曜日 全14回)

▼時間 午前9時30分～11時30分

▼場所 ゆめプラザ・那須

▼内容 個人の体に合わせ、ストレッチや体操、体の動かし方を教室の中で身につけていきます。また、認知症予防のための脳トレーニングも行います。

▼対象 要支援1・2の認定を受けている方、生活機能の低下が認められる方(地域包括支援センターで確認します)

▼指導者 荻原牧子先生(作業療法士)、保健センター職員

▼手続き ご相談ください。心身状況や生活状況を確認し、対象となる方についてはケアプランを作成し、参加開始となります。

▼問合せ 那須町地域包括支援センター(ゆめプラザ・那須内)  
☎⑦1138

## 子育て相談支援

子育てについてお困りのことはありませんか。子育て支援センターでは、子育てに関するお話を伺いしています。いつでもお気軽にご利用ください。

なお、平日お出かけできない方のために、次の日時に相談日を設けています。

▼日時 7月21日(土)午前9時30分～午後4時

▼場所 子育て支援センター

▼内容 子育て不安・子どもの発達に関することなど

▼問合せ 子育て支援センター  
☎⑦1137  
※別日のご希望があるときは、ご相談ください。