

地域の見守り活動を **支える・つくる** 方のためのボランティア養成講座 平成20年度 『介護予防サポーター養成講座(後期)』募集!



～今、あなたにできる事を何かひとつ始めませんか?～

介護予防、健康づくりに興味・関心のある方
養成講座終了後、支援活動をする意思のある方
介護予防教室等の運営や運営のお手伝いなどのボランティア活動です

回	内 容	日 程	時 間	場 所
1	高齢者の身体と心・介護予防とは / 玉手箱体操指導	10月9日(木)	午後1時30分～ 午後4時	すこやかセンター
2	認知症の理解と予防 / 玉手箱体操指導	10月16日(木)	〃	〃
3	口腔ケア指導 / 玉手箱体操指導	10月23日(木)	午後1時30分～ 午後4時30分	〃
4	栄養改善指導 / 玉手箱体操指導	10月30日(木)	午後1時30分～ 午後4時	〃
5	レクリエーション講習 / 玉手箱体操指導 / 講座まとめ	11月6日(木)	午後1時30分～ 午後4時30分	〃

申込：10月6日(月)までに住所・氏名・電話番号をお知らせください。
定員(60名)になり次第、締め切らせていただきます。

福祉保健課と岩美町社会福祉協議会共催 介護予防サポーター養成講座(前期)紹介



《口腔ケア指導の様子》

Fitness Ja- んぐる 代表 藤本晶子先生のご指導による岩美町の介護予防体操『玉手箱体操』の習得をはじめ、口腔ケア指導・栄養改善指導・レクリエーション実践等についての基礎知識や手法を学びサポーターとしての役割を学習しました。

介護予防サポーターてなあに?

自ら介護予防を実践し、地域の中でふれあいサロンや介護予防筋力アップ教室等の運営や運営のお手伝い、高齢者の方たちとまたお互いに、からだを動かすことを通して介護予防や健康づくりをサポートしていただく方です。



《レクリエーション実践の様子》

岩美町介護予防体操【玉手箱体操】とは?



《玉手箱体操の様子》

岩美町の高齢者に、いつまでも若々しく生き生きと笑顔で暮らしていただきたい...という願いを込めて玉手箱体操を作りました。

"玉手箱"は岩美町出身の作曲家、田村虎蔵氏が世に送り出した数々の唱歌のひとつ「浦島太郎」にちなんでいます。

また、岩美町を大切な玉手箱と考え、町全体を"玉手箱"になぞらえてもいます。なにが入っているのかお楽しみの大切な"玉手箱"。その箱を開くときのドキドキした気持ち。開けば、元気いっぱいの町が顔をのぞかせるでしょう!

田村虎蔵さんが作曲した「浦島太郎」「大黒様」や「一寸法師」などの歌が長きにわたり歌い継がれたように、この体操も町民の皆様の体から体へ、動き伝えられることを期待しています。

問い合わせ先 | 福祉保健課 ☎73 - 1333 岩美町社会福祉協議会 ☎72 - 2500