



いきいきシニアサポーター養成講座を4回コースで開催します。

今回の講座では、介護予防についての基本的な知識や技術を習得します。自らが介護予防を実践しながら、講座終了後には介護予防ボランティアとして身近な高齢者に伝達したり、地域の高齢者の集まりなどで活躍していただきます。

また、ボランティアが初めての方も、ボランティアとして的心構えについても学ぶことができますので、お気軽にお申込ください。



いきいきシニア サポーター養成講座 参加者募集

平成24年度 いきいきシニアサポーター養成講座

回	とき	主な内容
1	10月4日(木)	開講式、介護予防の必要性、高齢者の食事(低栄養予防)
2	10月17日(水)	口腔機能向上について、転倒予防のための簡身体操
3	11月12日(月)	介護保険制度と介護の現状、認知症サポーター養成講座、脳トレーニングのためのレクリエーション
4	11月19日(月)	ボランティアの心構え、介護予防ボランティア活動紹介、今後の介護予防ボランティア活動について

時間 午後1時30分～3時30分
 ところ 健康づくりセンター「プラム」
 対象者 町内在住の方で、いきいきシニアサポーターとして活躍できる方
 定員 30人
 申込期限 9月28日(金) ※定員になり次第締切

◎認知症サポーターに認定
 認知症サポーターとは、何か特別なことをするのではなく、認知症の方への「応援者」です。3回目の講座で認知症についての基本的知識や認知

症の予防など「認知症サポーター養成講座」の内容を実施します。参加した方は、認知症サポーターとして認定されます。

◆申込・問い合わせ
 健康管理課健康管理班
 ☎(82)3400

風しん患者が増えています！ 風しんはワクチンで予防できます！

風しんとは…

風しんは「発熱、発疹、リンパ節腫脹」を特徴とするウイルス性発疹症です。「三日はしか」とも言われています。治療後の経過は良好な疾患であり、子どもがかかっても比較的軽い症状で済みますが、妊婦が妊娠初期から中期に風しんに罹患すると、流産・死産の原因となるほか、胎児が、難聴・白内障・先天性心疾患を三大症状とする**先天性風疹症候群**を発症する場合があります大変怖い病気です。

予防接種

弱毒風しん生ワクチンの接種により、感染を予防することが可能です。定期予防接種の対象年齢の方は、無料で接種できます。定期予防接種対象年齢以外の方でも有料となりますが、医療機関で接種できます。

特に妊婦への感染を予防するために右記の方には、予防接種をお勧めします。(麻しん風しん混合予防接種を受けた方は、接種の必要はありません)

- ①妊婦の夫、子ども及びその他の同居家族
- ②10代後半から40代の女性
(特に、妊娠希望者または妊娠する可能性の高い方)
- ③産褥早期の女性のうち、明らかに風しんにかかったことがある、予防接種を受けたことがあるまたは抗体が陽性であると確認ができた方以外の方

◆問い合わせ 健康管理課健康管理班 ☎82-3400