

# お知らせ

# お知らせ



「転倒予防教室」の体力測定(宮司西町) 昨年の養成講座受講生がさっそく活躍!

**【対象者】** 長浜市内在住で、  
\*高齢者の「運動機能低下予防」  
に関心があり、身近な地域等で  
支援や活動をしていただける人  
\*講座の全課程に出席できる人

この運動機能低下予防体操の  
教室や、市で実施する介護予防  
事業等に協力、支援していただ  
ける方を養成する講座を開催し  
ます。



市では、元気で活動  
的な高齢者を過ごして  
いただくために、「運動  
機能低下予防体操」を  
推進しています。

## 元気高齢者を目指して 運動機能向上サポーター養成講座

### 【日程】

開催日	内容
7月26日(木)	高齢者の運動機能と介護予防
8月2日(木)	身体機能評価の意義
8月9日(木)	体力測定の方法
8月23日(木)	運動機能低下予防体操の意義と効果
8月30日(木)	体操実技
9月6日(木)	サポーターの活動

※時間はいずれも13時30分～15時30分

- 【定員】 30人(先着順)
- 【場所】 びわ保健センター  
(26日のみ六荘公民館)
- 【受講料】 無料
- 【締切り】 7月13日(金)
- 【申込方法】 電話で、高齢介護福祉課  
いきいき長寿グループ  
(☎07789)へ。

グループ名	活動場所
まゆの会	西部福祉センター
七尾3日体操教室	養蚕の館
南浜転倒予防教室	七尾公民館
	南浜公民館

### 自主活動グループが誕生しました!

「年だから、今さら無理...」  
ということはありません。でき  
る限り、いつまでも、元気でい  
きいき暮らすために、みんな  
楽しく転倒予防体操をやってみ  
ませんか。  
今年度も、市内10か所自治会  
館等で「転倒予防教室」を開催  
します。  
日程等の詳細については、お  
問合せください。

## 転倒予防教室



下肢の筋力が衰えると、つま  
ずきやすく、転倒する危険が高  
くなります。高齢者では、転倒、  
骨折が原因で寝たきりにつな  
がる場合があります。筋力は鍛え  
れば、高齢期でも回復、向上し  
ます。

### ご利用ください

## 紙おむつ等 購入費助成と 理美容サービス

- ①平成19年1月1日時点で介  
護保険法による要介護4・  
5の認定を受けている人
  - ②平成12年3月末まで高齢者  
介護激励金の対象者であ  
つた人
  - ③特別障害者手当受給者
  - ④福祉手当受給者
- ※購入費助成は要介護3も対象  
7月2日から7月31日まで  
※本庁高齢福祉介護課、浅井・  
びわ両支所市民福祉課で受付

お問合せは、高齢福祉介護課  
(☎07789)へ。

## 人権についてなめい

今月の人権  
地域における  
人権学習

### 「人権学習会」

命や人権の大切さを学ぶ機会  
のひとつとして、各自治会単位  
での人権学習会があります。今  
年も、各地域・自治会の活動が  
スタートしています。  
各自治会の人権学習推進員さ  
んが、行政推進員や各地域の人  
権学習協議会と協力し、「いつ  
どこで」「だれと」「なにを」  
学ぶのか、地域の様子に合わせ  
て計画されます。  
ぜひ、お気軽にご参加ください。

「身のまわりの人権」と  
題した学習会では富田  
人形も登場しました!



### 人権尊重啓発作品 「夜空の星」



長浜南小学校 6年  
北村 英山さん

みんないろんな個性を  
もっていることを知って  
ほしいと思いました。

明るい星があれば  
暗い星は  
暗いけれど  
それがあから  
たがいに  
きれいに見える  
みんな夜空で光っている  
明るさなんて関係ない  
自分らしさを出せばいい  
せいっぱい  
光っているほくを  
見てもうえはい



お問合せは、人権施策推進課(☎06560 FAX06013)へ。

## 「防ごう犯罪と非行 助けよう立ち直り」 7月は「社会を明るくする運動」強調月間です

“社会を明るくする運動”は、犯罪や非行の防止  
と罪を犯した人たちの更生について理解を深め、そ  
れぞれの立場において力を合わせ、犯罪のない明  
い社会を築こうとする運動です。

次代を担う青少年が犯罪や非行に陥ることを防ぐ  
とともに、犯罪や非行に陥った人々の立ち直りの援  
助に、家庭・学校・職場・地域社会が一体となっ  
て取り組んでいきましょう。

お問合せは、社会を明るくする運動長浜市実施委員会  
事務局(福祉課内☎06519)へ。



おかえり。

## いのち、いきいき、輝く職場 7月は企業内人権教育啓発強調月間です 一人ひとりの人権が尊重される、明るい職場づくりに努めましょう