

地域参加（つながりで見守り）

ずく出し健康教室

【健康達人区らび】

地区の公民館等で地域の方と交流しながら、健康づくりと介護予防のための話や簡単な体操、レクリエーションを行う教室です。

日程は隣組回覧でお知らせします。

【介護予防地域交流事業】

地区の公民館等を会場にして、介護予防教室、ふれあい給食会等を実施し、地域の皆さんの交流を図っています。

【介護予防 ささえ愛サポーター】

ささえ愛サポーターは、仲間が集う『場』づくりの活動を行う皆さんです。地域で開催する介護予防教室で教室の企画運営や体操指導を行い、活躍されています。

毎年、ささえ愛サポーター養成研修を行っています。地域活動に興味がある方は是非ご参加ください。



■問い合わせ先：小諸市社会福祉協議会 電話：0267-25-7337

【民生委員の友愛訪問】

市内には103名の民生委員が同じ地域の住民として相談に応じ、必要な援助を行い、行政と地域のつなぎ役として活動しています。

友愛訪問は、ひとり暮らし高齢者宅を月に2回訪問し、乳酸菌飲料を配りながら話し相手となり、安否確認を行います。

■問い合わせ先：小諸市高齢福祉課



こんにちは—
民生委員です。
お元気ですか？

【見守り事業所】

令和2年3月現在で、市内約600事業所が下記の見守り活動に協力しています。（市のホームページにて事業所名を公開しています。）

- 1 高齢者が困っている様子を見かけた時に声かけを行う。
- 2 行方不明高齢者について市役所や家族などから協力依頼があった際に、通常業務の中で可能な範囲で捜索に協力を行う。
- 3 高齢者が住み慣れた地域でいつまでも生活が送れるよう見守り活動を行う。

■問い合わせ先：小諸市高齢福祉課