

あなたの力を地域で活かしませんか

「集積所まで歩いて行けないのでゴミ出しができない」「電球交換ができない」
 「高いところに手が届かないので窓ふきができない」「重い物が持てないので灯油の
 入替ができない」等、高齢になると生活の中でちょっとした困りごとがでてきます。
 そのような生活の中での困りごとを支援し、地域で支え合うために、
 有償または無償ボランティアとして活躍いただくための講座を開催します。
 ぜひご参加ください。



開催日時	1日目	① 7月24日(木)	午後1時30分～3時30分
		② 10月16日(木)	
	2日目	① 7月29日(火)	午後1時30分～3時40分
		② 10月21日(火)	
	3日目	① 7月31日(木)	午後1時30分～3時30分
		② 10月23日(木)	
開催場所	松阪市福社会館 (松阪市殿町 1563 番地) 3階大会議室		
内 容	専門職や実際に活動している方のお話 ・ 高齢者を取りまく現状、介護保険制度 ・ 支え合い活動による生きがいづくり ・ 認知症の理解、コミュニケーション術 ・ 生活支援の方法		
参加費	無料		

※3日間参加いただいた方には修了証書をお渡しいたします

生活支援サービス活動例



簡単な調理、一般的な掃除、洗濯、ゴミ出し、ゴミの分別、
 布団干し、買い物代行、買い物の同行、屋内の整理整頓、衣替え
 石油ストーブ灯油の補充、窓ふき、草抜き、電球の交換、話し相手等



申込み・問い合わせ先

申し込み
二次元コード

松阪市役所高齢者支援課 電話 0598-53-4099
 FAX 0598-26-4035

