

生活支援コーディネーター協力のもと 住民主体の体操クラブが立ち上がりました！

岩内町社協では今年4月より町から委託を受け生活支援コーディネーターを配置しているところではありますが、このたび町内にありました介護予防サロンの運営休止に伴い、当サロンで学んだ介護予防体操を活用し、今後も継続して住民主体による自主的な活動を行いたいといったご相談を受けたことから立ち上げのお手伝いをさせていただきました。

平成30年7月末現在、30名を超える会員が主体となり週2回、
(1) 岩内町老人福祉センター（清住167番地）及び（2）岩内地方文化センター（万代51番地7）にてDVDを活用しながら介護予防体操を行い、若々しくいつまでも健康な体を目指し活動が行われております。

なお、この2会場で行われている体操クラブでは参加希望される会員を随時募集しておりますので、ご興味のある方は是非、直接会場に足を運んでいただき活動内容を一度ご覧頂ければ幸いです。（会費は月額500円で（1）、（2）の両方の会場を利用しても会費に変動はございません。また、各会場スケジュールは2枚目以降をご覧ください。）

岩内町社協ではこのように地域の自主的な交流の場の立ち上げを無料でサポート致しますので、ご興味のある方は遠慮なくご相談ください。



(1)岩内町老人福祉センター会場（清住167）



(2)岩内地方文化センター会場（万代57-1）

■問合せ 岩内町社会福祉協議会

☎ 0135-62-3328

（生活支援コーディネーター 奥・奈良）

介護予防体操クラブスケジュール

No.1

場所：岩内町老人福祉センター 集会室
(住所：岩内町字清住167番地 電話62-3328)
日時：毎週火曜日 10:00～12:00

【日程】

平成30年 7月	3日、10日、24日、31日
平成30年 8月	7日、14日、21日、28日
平成30年 9月	4日、11日
平成30年10月	2日、16日、23日、30日
平成30年11月	6日、13日、20日、27日
平成30年12月	4日、11日、18日
平成31年 1月	8日、22日、29日
平成31年 2月	5日、19日、26日
平成31年 3月	12日、19日、26日

※上靴と敷物(バスタオル、マットなど自由に)をご持参下さい。

【連絡先】

No.1 : 石川 雅子(電話0135-62-2115)

ストレッチ体操クラブスケジュール

No.2

場所: 岩内地方文化センター 和室3及び2
(住所: 岩内町字万代51-7 電話62-0001)

日時: 毎週金曜日 9:00~12:00

※体操は10:00からスタートします。

【日程】

平成30年 7月	5日(木)、13日(金)、19日(木)、 26日(木)
平成30年 8月	10日、17日、24日、31日
平成30年 9月	7日、21日、28日
平成30年10月	5日、12日、19日、26日
平成30年11月	2日、9日、30日
平成30年12月	7日、14日、21日
平成31年1月	11日、18日、25日
平成31年2月	1日、8日、15日、22日
平成31年3月	1日、8日、15日、22日、29日

※敷物(バスタオル、マットなど自由に)をご持参下さい。

【連絡先】

No.2: 吉田 クニ子(電話0135-62-7557)