

報道機関各位

はつらつ健康講座 動画配信始めました

「介護保険制度」や「介護予防・健康づくり」などについて、役立つ情報を動画で紹介しています。

対 象

町内にお住まいの町民（65歳を迎える方には介護保険証とともに個別通知をしています）

日 時

4月18日（月）動画配信開始

場 所

箕輪町公式ホームページ

箕輪町トップページ>健康・福祉>介護保険・高齢者福祉>生きがいづくり>はつらつ健康講座

内 容

元気に健康であるための秘訣について、フレイル予防や介護予防運動、歯科、栄養、社会参加・生きがいづくりなど分野ごとに動画を配信しています

その他

視聴後、アンケートに回答していただいた方には、箕輪町健康ポイント50ポイントを付与します。

添付資料 有 無

育てる男が、家族を支える。社会が動く。



箕輪町は、
イクボス・温かボス
イクメンを応援します！

福祉課 高齢者あんしん係
(課長) 小澤 聡 (担当) 兼子 真紀
電 話 : 0265-70-6622
F A X : 0265-70-6699
E - mail : fukushi@town.minowa.lg.jp

はつらつ健康講座

介護予防などの知識を増やして、
健康的なセカンドライフを

動画配信 開始！



介護保険や健康について、今後の人生のための情報がいっぱい。
仕事などで忙しい方に必見！時間がある時に、楽しく視聴してみませんか。

視聴方法

申し込み不要。箕輪町ホームページでどなたでも視聴できます。

65歳になる箕輪町民の方には、保険証と一緒に個別通知をお送りしています。ちょっとした時間ができた時に、ぜひ視聴してみてください。



視聴特典

箕輪町健康ポイント事業対象事業です

※視聴後にアンケート回答をしてくれた方に、50ポイントを付与

お問い合わせ

箕輪町地域包括支援センター（役場福祉課内）

TEL 70-6622

高齢者やご家族の悩み、心配ごと、 お気軽にご相談ください

このような状況はありませんか？

健康や介護 のこと

- ・最近足腰が弱くなってきて、寝たきりへの不安がある。
- ・今の健康をこのまま維持したい。
- ・日常生活に支障が出てきたので、介護保険のサービスを利用したい。

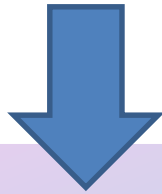


ご近所 付き合い

- ・顔見知りの高齢者の外出する姿を見かけなくなった。
- ・近所に、高齢者を怒鳴っているような声がある。
- ・地域にある高齢者のサークルを知りたい。

お金のこと

- ・高齢者夫婦の生活で、お金の管理に自信がなくなってきた。



箕輪町地域包括支援センター

(役場福祉課内)

窓口または電話 **70-6622**で

ご相談ください。



相談内容は、介護保険や介護予防のこと、医療や生活のこと、認知症に関すること、必要なサービスや制度の紹介など、また相談者は高齢者だけでなく、家族や近所に暮らす人からの相談もお受けします。

