介護予防体験会の参加者を募集します!

間 伊奈庁舎介護福祉課(内線4301

高齢者が気軽に介護予防に取り組めるよう、介護予防体験会を開催します。体験会ではフレイル(心身機能低下)や歩行に関する運動機能の測定のほか、簡単な体操体験を行います。普段運動習慣のない方も、この機会にぜひ、ご参加ください!

▶対象者;次の要件を満たす方○市内在住の65歳以上の方

○医師から運動を制限されていない方

▶内容;全2回

1回目:歩行速度測定、握力測定、フレイルに関するアン

ケートなど

2回目: 測定結果返却、介護予防に関する講話、体操体験

(ウォーキングやシニアストレッチなど)

▶日程:下表のとおり

	A 日程	B 日程
1 🗆 🗏	8月24日(水)	8月26日金
	午前9時~午後4時	午前9時~午後4時
2 回目	8月31日(水)	8月31日(水)
	午前 10 時~正午	午後 1 時 30 分~ 3 時 30 分

※ A 日程、B 日程どちらも同じ内容です。申込時にご希望の日程をお選びください。

※ 1回目は30分ごとの予約制となります。申込時に希望時間をお伺いします。

▶会場:きらくやまふれあいの丘 世代ふれあいの館

▶定員: 各日程 25 人 (定員を超えた場合、抽選)

▶申込方法:介護福祉課窓□または電話にてお申し込みく

ださい。

▶申込期限:7月22日金 ※測定結果は、市の介護予 防事業や講師の研究データ として活用させていただき ます。

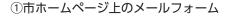
※新型コロナウイルス感染症の発生状況によっては、 日程が延期または中止となる可能性があります。



広報つくばみらいアンケートに ご協力ください! <u>No.196</u>

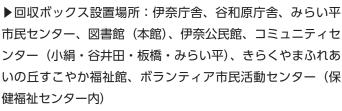
間 伊奈庁舎秘書広報課 (内線1105)

▶回答方法:以下の2種類の回答方法があります。



②回収ボックスへのアンケート用紙の投函

※この回答部分を切り取って投函してください。



はこちら

1 あなたの年齢を教えてください。

10代以下 20代 30代 40代

50代 60代 70代以上

2 あなたの居住地(町名)を教えてください。(例:小張、筒戸 など)

お詫びと訂正

広報つくばみらい6月号(No.195)の12ページに掲載した「第14回つくばみらい市TBG協会冬季大会結果」の記事について、主催者に誤りがありましたので、お詫びして訂正します。

誤:つくばみらい市スポーツ協会テニス部

正:つくばみらい市スポーツ協会ターゲットバードゴルフ協会

市内の火災・救急

()は令和4年の累計

火災	5月分	
建物	1件	(4件)
車両	0件	(0件)
その他	0件	(4件)
計	1件	(8件)

救急	5月分		
交通事故	10 件	(51件)	
急病	123件	(598件)	
その他	43 件	(214件)	
計	176件	(863件)	

