

行ってみよう！

●ふれあいサロン

富士見市社会福祉協議会

☎ 049-254-0747

お住まいの地域の集会所などでボランティアの方などが実施しており、地域の高齢者の方々が参加しています。日時、場所などは社会福祉協議会へお問い合わせください。



▼出前講座・相談

高齢者のサロンや町会の集まりなどに健康増進センターの職員が伺います。

(例)

- 健康講座「季節に合わせた健康の話」「お口の体操」「軽体操」「脳トレ」など
- 健康相談（血圧測定）

●ホッと安心健康相談

健康増進センターの職員が高齢期の健康管理についての相談をお受けします。

会 場

- ◆水谷東公民館ふれあいサロン
- ◆鶴瀬公民館いきいき活動室
- ◆高齢者いきいきふれあいセンター

*各会場とも月1回。日程は広報等をご覧ください。



やってみよう！

●介護支援ボランティアポイント事業

登録された介護保険施設などでボランティア活動を行い、活動実績に応じたポイントをため、翌年度に特典と交換することができます。

富士見市社会福祉協議会

☎ 049-254-0747



●パワーアップ・リーダー

ふじみパワーアップ体操と介護予防の基礎知識を学ぶ養成講座を受講し、パワーアップ・リーダーとして地域で活躍しましょう。

