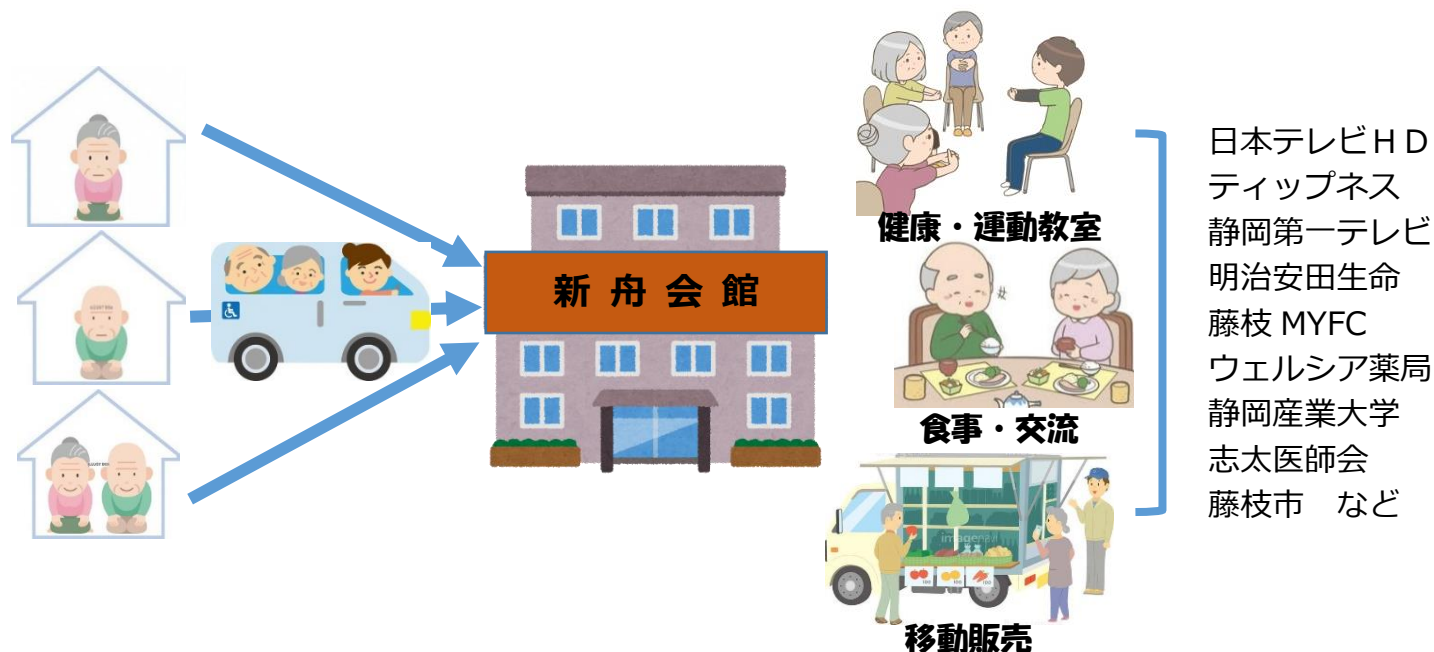


藤枝市高齢者地域生活総合サポート事業（モデル事業・朝比奈地域）

全国的に高齢社会の進展にともない、高齢者の運動やコミュニティ交流の機会の減少、買い物弱者や認知症の増加、独居・引き籠りといった課題が生じている。

このため、健康チェック・運動・コミュニティ交流・買い物支援といった高齢者を対象としたワンストップの生活総合サポート事業を、まずは朝比奈地区でモデル事業として行い、外出のきっかけづくり、運動への抵抗感・苦手意識の低減、運動実施頻度の向上、更には健康維持増進を図る。



◆開催予定日：令和8年4月～令和9年3月

月日	4/21	5/19	6/6	6/16	7/4	7/21	8/1	9/5	9/15	10/3	10/20	11/7	11/17	12/5	12/15	1/19	2/6	2/16	3/6	3/16
曜日	火	火	土	火	土	火	土	土	火	土	火	土	火	土	火	火	土	火	土	火
食事			○						○						○					○

◆時 間：第1土曜日、第3火曜日 9:30～11:30

健康チェック・運動教室(45分)、交流(45分)、食事・買物(30分)

◆会 場：新舟会館

◆参加者：心身の健康に何らかの支援を必要とする概ね70～90代の高齢者約35名。

サロンボランティアスタッフである概ね60～70代の高齢者約15名。

支援があれば自ら歩行ができ、簡単な運動も可能だが、一人暮らし等で家にこもりがちで、地域の支援が必要な方。

◆会 費：1,000円/回（お弁当・お菓子代 6/6、9/15、12/15、3/6の4回）

300円/回（お菓子代、その他の日16回）

◆送 迎：ご自宅から会場まで足すと号、普通車タクシー等で送迎。

◆事前予約が必要。

問い合わせ先：藤枝市中山間地域活性化推進課（担当：鈴木、竹野）TEL054-639-0120