



買い物de介護予防”ワイワイ”

買い物には体や脳の機能をフルに活用するという効果があります。買い物de介護予防”ワイワイ”は、買い物を通して参加者同士の交流や介護予防・認知症予防を図っていきます。送迎も行いますので、普段の買い物の一助としても是非ご参加ください!



月夜野地区		
NO	日程	曜日
1	4月17日	水
2	5月1日	水
3	5月15日	水
4	5月29日	水
5	6月12日	水
6	6月26日	水
7	7月10日	水
8	7月24日	水
9	8月7日	水
10	8月21日	水
11	9月11日	水
12	9月25日	水
13	10月9日	水
14	10月23日	水
15	11月6日	水
16	11月20日	水
17	12月4日	水
18	12月18日	水
19	1月15日	水
20	1月29日	水
21	2月12日	水
22	2月26日	水
23	3月12日	水
24	3月26日	水

実施内容

毎月2回、職員が自宅までお迎えに行き、みんなでワイワイ集まって、介護予防の運動や脳トレをした後、町内のお店でお買い物をしてから、自宅にお送りします。

対象者

75歳以上で、買い物に支援が必要な方で、参加を希望する方。

ただし、(1)または(2)の方は対象ではありません

(1)自力で歩行が困難な方

(2)認知機能等の低下等によりご自分で金銭の支払いが困難な方

※定員 10名(定員に達し次第締め切ります)

参加費 一ヶ月1,000円(定額制)実費分として

※年間を通してのお申し込みになります(1日ごとの申し込みはできません)



<申し込み・問合せ>

みなかみ町社会福祉協議会(本所)

電話 62-0081 担当:見城

【日時】4月第3水曜日スタート

以降原則隔週水曜日13:00~15:30

【会場】みなかみ町社会福祉協議会(本所)

(月夜野118みなかみ町保健福祉センター)

【内容】健康チェック・体操筋トレ・脳トレ・買い物など

【買物先】サンモール月夜野店など

【持ち物】上履き・タオル・飲み物・買い物袋など

※動きやすい服装、上履きは踵のあるもの(ズック靴など)をお願いします。

【その他】申込み後、ご自宅へご説明に伺います。

※日程は都合により変更になる場合があります。