

小学校区

介護予防教室のご案内

問 福祉課 高齢者支援係
☎934-2243



介護予防に効果的な生活習慣を身につけ、自分らしい自立した生活が維持・実現できるよう、小学校区ごとに地域での介護予防教室を開催しています。運動や脳トレ、レクリエーション、健康に関するお話や相談などを週1回（午前中2時間）実施します。
今年度は、自分の体の状態を知るために、普段の健康診査では受けることができない検査も教室の中で行う予定です。

対象者

宇美町在住で、
歩行等に介助が
必要ない65歳以上の方
※お住まいの小学校区への参加となります。

申込方法

福祉課窓口、または
お電話でお申し込みください。

参加費用

無料です。

小学校区	教室名	会場	日時
原田小学校区	原田の郷介護予防教室	南町民センター	木曜日
桜原小学校区	さくら元気クラブ	し〜ず・うみ	水曜日
宇美東小学校区	だんだんだん東風の郷	障子岳公民館	月曜日
宇美小学校区	元気・宇美つくす	うみハピネス	金曜日
井野小学校区	フレッシュ井野	井野小学校区 コミュニティセンター	金曜日

10時
▼
12時



参加者の声①

楽しくて、毎回時間を
忘れるほどです。
体を動かすことも
いいことだと思うし、
たくさんの人と
触れ合えるのが楽しいです。



参加者の声②

普段あまり受ける機会がない
検査を受けることができ、
とてもよかった。
毎年していただくと経過が
見れてありがたいです。



ファミリー・サポート・センター 講習会のお知らせ

ファミリー・サポート・センターとは、子育ての支援を受けたい人（おねがい会員）と子育ての支援ができる人（まかせて会員）が会員登録し、相互に支援（有料）を行うところです。

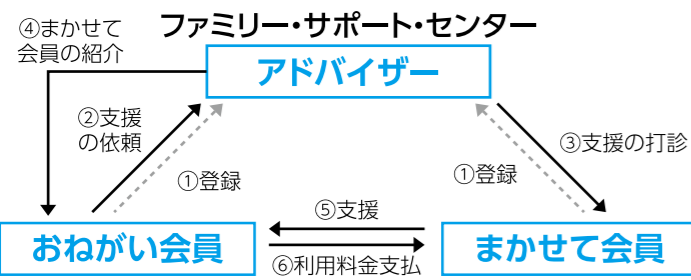
センターでは、専任のアドバイザーが橋渡しをします。会員となるための講習会を開催します。ぜひ、ご参加ください。

こんなときに
利用できます

- 仕事で帰りが遅くなり、保育園や放課後児童クラブなどの終了後、子どもをみるのができないとき。
- 上の子の学校行事に行きたいけど、下の子連れいけないとき。
- 保育園や放課後児童クラブ、習い事への送り迎えができないとき。

※対象年齢は生後6ヶ月～小学校6年生です。
※預かる場所は原則「まかせて会員の自宅」です。

ファミリー・サポート・センターのしくみ



利用料金 (子ども1人につき1時間の料金)

月～金曜日 (祝日を除く)	7:00～19:00	700円
	上記の時間外	900円
土・日・祝日、 年末年始(12/29～1/3)	7:00～19:00	800円
	上記の時間外	1,000円

※兄弟姉妹は二人目から半額となります。

会員になるには
どうしたらいいの？

まずは、
講習会への参加が必要です。
その後、入会手続、登録となります。

「おねがい会員」
町内に居住、または
勤務先のある方。
(講習会1回と交流会への参加が必要。)

「まかせて会員」
町内に居住し、
健康で支援活動に
理解と熱意を有する
20歳以上の方。
(講習会4回と交流会すべてに参加が必要。)
※学生不可



講習会のご案内

回	日時・会場	講習内容	講師
講習会1	6月8日(土)	ファミサポでつながる子育て仲間	子ども発達支援事業・乳幼児学級講師 榎 裕子
講習会2	6月20日(木) 10:00 ▼ 12:00	子どもの体の発達	宇美町役場 保健師
講習会3	6月25日(火) うみハピネス2F	子どもの遊び	宇美町立保育園 保育士
講習会4	6月27日(木) 視聴覚室(6/27のみ 保健指導室)	子どもの安全と事故	日本赤十字社 福岡県支部
交流会	7月6日(土)	事業説明・交流会	宇美町ファミリー・サポート・センター アドバイザー

- [申込方法] 電話・FAX
- [受講料] 無料(講習会4のみ教材費206円)
- [締め切り] 5月31日(金)
- [託児] 有り
(未就学児・要事前申込み、定員になり次第締め切ります。)

[申込・問い合わせ] 宇美町ファミリー・サポート・センター
☎932-0601
FAX931-1009
宇美町社会福祉協議会
☎931-1008