



魚津市イメージキャラクター

ミラたん

魚津市プレスリリース 令和2年4月1日

介護予防通所型予防事業

「さんさん介護予防倶楽部 じゃ〜んとこい」

をサンプラザで開講します。

市では4月から交通の利便性や高い集客力のある魚津ショッピングスクエアサンプラザで、65歳以上の高齢者を対象として「健康づくり、生きがいくくり」を目的とした介護予防教室を開講します。ご多忙とは存じますが、ぜひ取材方よろしくお願い致します。

<事業内容>

1. 高齢者が住み慣れた地域で自立した在宅生活を継続できるよう介護予防の推進を図る。

(1) 健康維持、増進事業

・貯筋体操や健康体操など各種体操、ヨガの基本、脳トレ

(2) 社会参加促進事業

- ・絵手紙、手芸、硬筆など趣味教室
- ・サンプラザ商店会を講師とした各種教室
- ・花札、健康麻雀などレクリエーション

(3) その他高齢者総合相談事業

2. 開催日時 日曜日、火曜日、水曜日 10:00~14:50

3. 開催場所 魚津ショッピングスクエアサンプラザ 4階

<開所式予定>

1. 日時 令和2年4月22日(水) 10:30~11:30
2. 会場 魚津ショッピングスクエアサンプラザ4階 大ホール
3. 出席予定 魚津市長
魚津ショッピングスクエアサンプラザ
サンプラザ商店会 ほか
4. 主な内容 アトラクション(民謡サークル)
主催者挨拶、来賓挨拶
事業紹介 ほか

担当部署：魚津市地域包括支援センター予防係

(所長) 武田菜穂子 (担当者) 石坂留美

電話 0765-23-1294 F A X 0765-23-1073

E-Mail houkatsu@city.uozu.lg.jp