



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」

をサンプラザで開所します。

市では、新型コロナウイルス感染症のため延期しておりました「さんさん介護予防倶楽部 じゃ〜んとこい」を10月より開講します。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た「健康づくり、生きがいがづくり」を目的とした介護予防教室です。

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。

<開所式>

1. 日 時 令和2年10月7日(水) 13:30~14:10
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代表
サンプラザ商店会 ほか
4. 主な内容 主催者挨拶、来賓挨拶、事業紹介

<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
 - ・貯筋体操や高齢者向けヨガなど各種体操
 - (2) 社会参加促進事業
 - ・貼り絵、脳トレ、健康麻雀など趣味・レクリエーション教室
 - ・サンプラザ商店会を講師とした各種教室 など
 - (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 10:30~14:40
3. 開催場所 魚津ショッピングスクエアサンプラザ 4階

※新型コロナウイルス感染予防対策の徹底と併せて当面の間は予約制による開催とします。

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 0765-23-1093 F A X 0765-23-1073

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