

生活支援ボランティア養成講座を開催します

高 齢者の皆さんが住みなれた地域で暮していけるよう、付き添い・話し相手・見守りなど日常のちょっとした困りごとを支援するために、生活支援ボランティア講座を開催します。

地域のことや人と接することに興味がある人は、ぜひご参加ください。みんなで安心安全に暮らせる地域にしていきませんか。

- 日時 9月2日(金)～10月28日(金)の間の隔週金曜日午後1時～3時
- 費用 無料
- 場所 市医師会 会議室
- 対象 市内在住の人

- 定員 約20名(先着順)
 - 申込締切 8月26日(金)
 - 申込方法 電話、FAXかe-mailにて住所・氏名・電話番号をご連絡ください。後日事務局より、案内状を送付します。
※講座修了後には修了証・記念品をお渡しします。
- 〒荒尾市医師会(在宅ネットあらか事務局長)
〒荒尾市宮内1092-18
☎57-9350 FAX57-9605
Mail zaitaku@arao-med.or.jp
担当 青木・長岡

日程	講座内容①	講座内容②
第1回 9/2(金)	地域福祉について	ボランティアって何?
第2回 9/16(金)	認知症サポーター養成講座	傾聴・コミュニケーション
第3回 9/30(金)	介護保険について	おうちの整理術
第4回 10/14(金)	在宅介護について	タブレットパソコン講座
第5回 10/28(金)	在宅医療・看護について	生活支援ボランティアについて

ご存知ですか 障がい者への手当制度

障 がいのある人については、特別障害者手当・障害児福祉手当・特別児童扶養手当などさまざまな手当を受けることができます。各種手当の支給要件に当てはまる可能性がある人は、お問い合わせください。

特別児童扶養手当

20歳未満の身体または知的・精神などに中度以上の障がいのある児童を監護する父・母または父母に代わって児童を養育している人。ただし、次に当てはまる場合は手当の支給が受けられません。

- ① 手当を受ける人または児童が日本に住んでいない場合。
- ② 児童が施設に入所している場合。
- ③ 児童が障がいを支給理由とする公的年金を受給している場合(ただし、その全額が支給停止されている場合を除く)。
- ④ 手当を受ける人、配偶者、または生計を維持する扶養義務者の前年の所得が一定額以上である場合。

障害児福祉手当

20歳未満で、政令で定める程度の重度の障がい状態にあるため、日常生活で常時介護を必要とする人。ただし、次に当てはまる場合は手当の支給が受けられません。

- ① 児童が施設に入所している場合。
- ② 児童が障がいを支給理由とする公的年金を受給している場合(その全額が支給停止されている場合を除く)。
- ③ 扶養義務者の前年の所得が一定額以上ある場合。

特別障害者手当

20歳以上で、政令で定める程度の著しく重度の障がい状態にあるため、日常生活で常時特別な介護を必要とする人。ただし、次に当てはまる場合は手当の支給が受けられません。

- ① 手当を受ける人、または配偶者、および生計を維持する扶養義務者の前年の所得が一定額以上である場合。
- ② 障がい者が施設に入所している場合。
- ③ 障がい者が病院または診療所に3カ月以上継続して入院している場合。

〒福祉課福祉係
☎63-1406

体力アップ体操教室にあなたも参加しませんか

〒保健センター ☎63-1133

健 康づくり推進員の指導による高齢者のための体操教室を実施しています。転倒・骨折の原因の一つに、筋力の低下があります。筋力が弱くなると、家の中や平らな道でも転んでしまい、骨折して、寝たきりの状態になってしまうこともあります。

体と心を軽くし、いきいきとした生活を手に入れませんか。

- 会場 市内28カ所(公民館など)
- 対象 ①～③全てに当てはまる人
① 65歳以上の人
② 病気による運動制限のない人
③ 会場まで自力で来れる人

参加者の声

体操を始めて、生活にメリハリができ、膝の痛みも和いで、とても楽になりました。教室では素敵な音楽を聴きながら、体を動かしています。健康づくり推進員さんが優しく丁寧に指導してくれるので、体操の日が待ち遠しいです。

●教室参加前と後の体力測定の上り率

(平成27年度荒尾市体力アップ体操教室での体力測定結果から抜粋)

項目	評価内容	向上率(%)
握力(右)	全身の筋力	42.0
握力(左)		43.0
ファンクショナルリーチ	背筋・肩甲骨の筋力 バランス能力	42.0
長座体前屈	柔軟性 関節周囲の硬さなど	53.5
time up&go	バランス能力 日常生活動作	63.7
開眼立ち(右)	体幹・下肢の持久力 および筋力・ バランス能力	27.7
開眼立ち(左)		26.8
5M通常歩行	歩行時の バランス能力	31.5
5M最大歩行		25.8
30秒椅子立ち上がり	下肢筋力・日常生活 活動能力	36.9

食事や移動などの日常生活動作に関する筋力が向上!

会場の詳細については、空き状況に応じて、お近くの教室を紹介いたしますので、興味のある人はお問い合わせください。

障がい者の手当を受給している人は現況届の提出をお願いします

〒福祉課福祉係
☎63-1406

障 がい者の各手当を受給している人(昨年支給停止になっている人も含む)は、現況届を提出してください。期日までにご提出がない場合は、手当を受給できなくなります。

- 受付期間 8月12日(金)～25日(木)※土日を除く
- 受付場所 福祉課福祉係(①-2番窓口)
- 必要なもの 現況届、所得状況届、印鑑(朱肉用)、個人番号(通知)カードなど
※受給者の人には、案内通知をお送りしていますのでご持参ください。



●対象となる手当

- ① 特別障害者手当
- ② 障害児福祉手当
- ③ 経過的福祉手当
- ④ 特別児童扶養手当