

なごみマウス

シリーズ3回目となる今回からは、なごみ・東海村総合支援センター(舟石川駅東三丁目9番33号 ※旧東海病院跡)内にある「地域包括支援センター」で実施中の介護予防事業(①口腔機能改善教室「元気マウス」②身体機能改善教室「らくらく」③閉じこもり予防教室「わらわらクラブ」④食生活機能改善教室「なごみ食堂」⑤認知症予防教室「なごみ大学」)について、それぞれの教室ごとに紹介していきます。

なお、なごみ・総合支援センターで実施の介護予防事業は、65歳以上要支援・要介護認定者を除くで、村で実施した総合検診や住民検診で生活機能評価の結果、介護予防事業への参加が必要であると認められた方を対象に行われているものですので、ご注意ください。

口腔機能改善教室「元気マウス」

普段、食事をしていてむせることはありませんか? 年を取るとともに、かむ・飲み込むという機能が低下してきたり、歯の病気に

かかじやすくなったりします。

③ 口腔機能の改善を心掛けることは、虫歯予防や歯周病予防だけでなく、介護予防にも効果があります。いつまでもおいしく食べられるように、口のお手入れ方法を知り、「口の健康」を保つことが大切です。

「元気マウス」(4回/人)では、口の機能が低下していると認められた方を対象に、実技等を交えながら「口の健康」の基本的な知識として、歯磨きや入れ歯の手入れの仕方、食事をおいしく楽しむための体操などを学びます。一人ひとりの状況に応じたプログラムを歯科衛生士等が作成し指導します。

●問合せ なごみ・東海村総合支援センター(福祉部介護福祉課地域支援室) ☎287局2525



なごみ送迎サービスが



4月から、なごみ・東海村総合支援センターでは、「なごみ送迎サービス」という新たな3つの送迎サービスを始めました。

- ①なごみで実施する「高齢者通所型介護予防支援事業」参加者への送迎サービス
- ②なごみで実施している「障害者等日中一時支援事業」を利用し、村内小中学校に通学している児童・生徒への送迎サービス
- ③なごみ・東海村総合支援センター、村立東海病院、東海村総合福祉センター「絆」という保健・医療・

始まりました

福祉の3拠点(施設)を結ぶ巡回送迎サービス

③のサービスは、3つの施設を利用する方ならごなたでも利用でき、料金は無料です。月曜日から金曜日まで祝日を除く午前10時30分～午後2時30分、おおむね30分間隔で運行していますので、新たな移動手段としてぜひ活用ください。

※①・②の送迎サービスの利用については、別途、ご相談ください。

●問合せ なごみ・東海村総合支援センター(福祉部介護福祉課地域支援室) ☎287局2525



便名	なごみ	東海病院	絆
10:30便	10:30発	10:40発	10:50発
11:00便	11:00発	11:10発	11:20発
11:30便	11:30発	11:40発	11:50発
12:00便	12:00発	12:10発	12:20発
12:30便	12:30発	12:40発	12:50発
13:00便	13:00発	13:10発	13:20発
13:30便	13:30発	13:40発	13:50発
14:00便	14:00発	14:10発	14:20発