津幡町介護予防チャレンジ事業に挑戦してみましょう！
★住み慣れた地域でいきいきと暮らし続けるために★

介護予防チャレンジとは

地域の活動に積極的に参加することで、閉じこもりの予防や、健康の維持ができることを目的としています。町内在住の 65 歳以上の方が対象です。
チャレンジを達成すると、ウェルピア倉見や倶利伽羅塾などで使える【５００円券】を１年間で最大３枚まで（年度４月～３月中）もらえます。



申請書は津幡町地域包括支援センター（福祉課内）の窓口で配布している【介護予防手帳】の中にあります。

【申請書　記入例】

	月	日	活動内容
4月 4回	4	1	はつらつ体操〇〇教室
	4	5	〇〇公民館〇〇サロン
	4	16	ウェルピア倉見　入浴
	4	23	〇〇地区〇〇サロン
5月 4回	5	3	シグナスコンサート
	5	9	・・・
	5	16	・・・
	5	30	・・・
6月 4回	6	8	・・・
	6	16	・・・
	6	22	・・・
	6	30	・・・

月に４回以上　３か月継続　が条件です。

【記入できる活動】

- 町主催の研修会、講演会、各種行事
  （共催・後援含む）
- 各地区のふれあい・いきいきサロン
- ウェルピア倉見、倶利伽羅塾などの利用
- 公民館およびシニアクラブ
- 地域で開催される行事
  （女性会、班長会、役員会なども可）
- シグナスコンサートや森林公園の行事
  （ノルディックウォーク・いきいき 50）

など

【記入できない活動】

- いきいきサロンのお世話役
  （はつらつ教室の当番メイト含む）
- ゴミ当番や資源回収
- 寺・県・国が主催する活動

申請書をご記入の上、津幡町地域包括支援センター（福祉課内）の窓口までお持ち下さい。
内容を確認したのち、後日郵送にて【５００円券】をお送りします。

〈問い合わせ〉　津幡町地域包括支援センター
電話　288-7952（福祉課内）