



# 地域包括支援センターです

■ 問合せ 地域包括支援センター (保健福祉課内) ☎ 0778-47-8009  
 社会福祉協議会地域包括支援センター (今庄福祉センター 2階) ☎ 0778-45-1170  
 // 河野支所 (河野保健福祉センター 1階) ☎ 0778-48-2260

## 南越前町介護予防サポーターを知っていますか？

### 介護予防サポーターって何？

認知症予防・介護予防・健康づくりについて所定の講習を修了した、町内での介護予防活動を支援する無償ボランティアです。現在 80 名の方が登録されています。



### 主にどんな活動をしているの？

- 家族や周囲の方々に対する、認知症や介護予防に関する話題の提供と知識の普及
- 町が実施する介護予防事業 (はつらつ教室、介護予防のつどい、健康体操、ふれあいサロン等) のお手伝い
- その他、自主的なボランティア活動



### やっていて良かったと感じる事はあるの？

- 「手伝いに出る中で、介護予防や介助のポイントが学べて良い」
  - 「段取りを組んで外出し、人と関わる事が自分のためになっている」
  - 「手伝いの場で知り合った人や、サポーター仲間に出会った際に、お喋りができるようになり嬉しい」
  - 「ありがとうと笑顔で言ってもらえた時は励みになる」 等
- 『やりがい』を感じて活動されています。

☆介護予防サポーターについて興味のある方は、保健福祉課地域包括支援センターまでご連絡ください。