

## ⑩ 民間救急ボランティア「かさまハートサポーター：KHS」

かさまハートサポーターは市民の救命率の向上を目的として地域の人々に対し、応急手当の普及啓発活動や市内で開催する各種イベント等の応急手当部門における支援活動を行うボランティア団体です。

**活動内容** 地域の人々や子どもたちへ消防隊員と一緒に応急手当の普及啓発活動や市内で開催するまつり、競技大会等の応急手当部門においての支援活動を行います。

**対象** 市内に在住または在勤・在学の16歳以上で体力に自信のある方

**申込方法** 市内各消防署で直接お申し込みください。

**申・問** 消防本部警防課 TEL 0296-73-0119

友部消防署 笠間市中央 3-3-1 TEL 0296-78-0119

岩間消防署 笠間市市野谷 1542-18 TEL 0299-45-0119

HP <http://www.city.kasama.lg.jp/page/dir001796.html>



消防本部HP

## ⑪ 認知症カフェ

認知症カフェは、認知症の方とご家族、物忘れの心配がある方、地域の方々が、気軽に参加できる交流の場です。お茶を飲みながら、日頃の心配事や介護のことなどを自由に話したり、認知症についての相談ができますので、お気軽にご参加ください。

場所	日時	参加費	問
オレンジカフェ フライブルク (笠間市鯉淵 6526-19)	毎月 第3水曜日 午後2時～3時30分	300円	フロイデ総合在宅サポートセンター友部 TEL 0296-73-5577
ほっとカフェ (笠間市石井 32-1)	毎月 第3日曜日 午後1時～4時	300円	グリーンハウスクエアハウスかさま TEL 0296-70-1100
すずらんカフェ (笠間市土師 1283-5)	毎月 第3日曜日 午後2時～3時30分	200円	特別養護老人ホームすずらんの里内 TEL 0299-45-0555

## ⑫ 元気すこやか教室

運動・口腔・栄養・認知等に不安を抱える高齢者を対象に、生活機能の改善を目的とした、短期集中型（3ヶ月間）の介護予防教室を開催します。

**日時** 1月～3月の毎週金曜日 午後1時～3時

**場所** 指定通所介護センター グリーンハウスともべ（笠間市鯉淵 6269-11）

**内容** 保健・医療の専門職によるプログラムに3か月間（週1回/2時間程度）取り組みます。終了後もご自宅で続けられるよう支援します。

(1)運動器の機能向上プログラム (2)口腔機能向上プログラム

(3)栄養改善プログラム (4)認知症予防プログラム

**対象** 次のいずれかに該当する方で、全12回の教室に参加できる方

(1)要支援1、2の認定を受けている方

(2)基本チェックリストにより生活機能の低下が認められた方

**定員** 10名（先着順）

**参加費** 1,500円（全12回分）

**申込方法** 窓口で直接お申し込みください。

**申込期限** 11月30日（金）

**申** 指定通所介護センター グリーンハウスともべ TEL 0296-71-2525

**問** 高齢福祉課（内線175）

広報紙は笠間市ホームページでもご覧になれます。

<http://www.city.kasama.lg.jp/>