

大島中央ライオンズクラブソフトバレーボール大会参加チーム募集

■開催日／12月7日(日)
午前9時試合開始
■場所／B & G 体育館
■参加資格／
1 チーム4名以上(コート内4名の内2名は女性もしくは55才以上の男性)
■登録料／
1 チーム 1000円
(スポーツ保険料等)
先着18チームまで受付します。

■申し込み・問い合わせ

参加希望のチームは11月7日までに大島中央ライオンズクラブ事務局宛にチーム名・代表者・連絡先をご連絡ください。
事務局 周防大島町商工会
大島支所内(担当尾尻さん)
☎0820(74)2012
ファックス74・2631
※11月下旬に参加チーム代表者会議を開催します。

**アーチェリー体験教室
ジュニア受講生募集**

地元で開催される国体に向けアーチェリー競技の普及と選手育成を目標に開催します。
■募集人数

小学4年生以上中学生まで10名程度
■教室会場／
グリーンステイ長浦
屋内多目的広場
■日時／
11月16日(日)
午前10時から正午まで
■参加費／無料
※弓具は貸し出します。
■申し込み・問い合わせ／
アーチェリークラブMIX
ジュニアスクール
代表 瀬戸信夫さん
☎0820(72)1832

岩国矯正展

■日時／
11月15日(土)
午前9時～午後4時
11月16日(日)
午前9時～午後3時
■場所／岩国刑務所内
■内容／
広報、相談、刑務所作業製品展示即売コーナー、協賛業者展示、アンケート、朝市

■問い合わせ

岩国刑務所企画部門(作業)
☎0827(41)0138

**元気ですか？
お元気ですか？
こうらは 保健師です**

生活機能評価を受けられましたか

健康でいきいきとした生活を送るためには、病気の予防だけではなく老化のサインをいち早く発見し、生活機能の低下を予防することが大切になってきます。そのため町では65歳以上の方(要介護・要支援認定者を除く)を対象に来年2月末まで町内医療機関において健康診査にあわせて「生活機能評価」(無料)を実施しています。
○生活機能評価とは？
「体や、心の働きに衰えがないか」や「日常生活の低下がないか」を確認するための検査です。

①生活機能チェック(基本チェックリスト・身体計測等)と②生活機能検査(血液検査等必要な方のみ実施)からなり、生活機能の低下を早期に発見し、対応することにより要介護状態になることを予防します。
○どうやって受けるの？
町より郵送された「基本チェックリスト」に自分で記入し医療機関に持参し受けます。

○受診後の結果は？

生活機能評価の結果、「生活機能の低下あり」と判定され、介護予防への取り組みが必要とされた方には後日地域包括支援センターより通知し、介護予防事業の参加等についてご案内をしています。

周防大島町保健師

地 田 幸 代

(地域包括支援センター)

必要とされた方には後日地域包括支援センターより通知し、介護予防事業の参加等についてご案内をしています。

○介護予防に取り組みましょう

生活機能の低下が見られる方(特定高齢者)はそれ以上悪化させないよう生活の中でちよつとした工夫や予防を心がけることが大切です。地域包括支援センターでは、一人ひとりの生活機能状況に応じた介護予防への取り組みについて一緒に考え(介護予防プランを作成)生活機能の向上を図っていきます。まずは地域包括支援センターにご相談ください。

☎0820(77)5506

★自分の体や心の状態を知るためにも生活機能評価を受け、元気なうちから自分にあった介護予防に取り組みましょう。そして住み慣れた地域でいつまでもいきいきと暮らしましょう。

