

釧路市
住民等主体の
通所サービス

「おたっしゃサービス」参加者募集中!

担当 市役所介護高齢課高齢福祉係 (☎23-5185)

高齢者がいつまでもいきいきと健やかな生活を送ることができるよう、地域住民やボランティア、NPO法人、介護サービス事業所などが主体となり通所サービス（おたっしゃサービス）を実施しています。



こんなことをしています!

●運動機能の向上



ストレッチや筋力トレーニング



みんなで運動

●認知機能の向上



脳を活性化



みんなで考えたり...

●参加者同士の交流



生け花



調理実習



ピアノ演奏

活動を通して
参加者交流!

対象者 「要支援1・2の方」または、「生活機能の低下がみられた方※」
※基本チェックリスト（日常生活に関する25項目の質問）を用いて地域包括支援センター等が判断します。
※上記に該当しない一般の方も、受け入れ団体の定員状況等によっては参加できる場合があります。地域包括支援センターまでご相談ください。

開催日 週1回同じ曜日に実施（1回1時間以上）

場所 地区会館、介護サービス事業所、商業施設 等

参加費 1回参加ごとに100円

※実施会場により食費・材料費等、別途自己負担が必要となることがあります。

問合せ先

西部地域包括支援センター ☎55-2666 昭和190-4462（老健くしろ内）	東部南地域包括支援センター ☎42-8222 春採4-10-15 （望洋ふれあい交流センター内）
中部北地域包括支援センター ☎36-1233 文苑4-65-2 ふみぞの東陽ビル1階	阿寒地域包括支援センター ☎66-1234 阿寒町中央1-4-1 （阿寒町行政センター内）
中部南地域包括支援センター ☎24-1102 堀川町8-43	音別地域包括支援センター ☎01547-9-5252 音別町中園2-119-1 （音別町福祉保健センターほほえみ内）
東部北地域包括支援センター ☎42-0600 鶴ヶ袋1-10-46	

ご近所ボランティア講座 受講生募集



ご近所ボランティアとは・・・

住民等が主体で運営する介護予防の通いの場である「おたっしゃサービス」をはじめ、高齢者施設や地域の人々が交流する場である地域カフェなどで、利用者との交流、体操・脳トレなどのレクリエーションの補助など簡単な作業のお手伝いなどを行っています。

講座を受講することでご近所ボランティアとして活動できます。

対象者 18歳以上の市民で、講座修了後にボランティア登録をして活動できる方

参加費 無料 **定員** 各会場25人（先着順）

※10月以降に、釧路地域（コアかがやき開催）と、阿寒、音別地域でも開催を予定しています。

	日程	時間	会場
第1講	8月22日(木)	午後1時30分～4時	まなぼっと幣舞
第2講	8月29日(木)		
第3講	9月上旬～中旬	ボランティア体験（会場により異なります）	

	日程	時間	会場
第1講	9月13日(金)	午後1時30分～4時	コア鳥取
第2講	9月20日(金)		
第3講	9月下旬～10月上旬	ボランティア体験（会場により異なります）	

【申込・問合せ先】社会福祉法人 釧路市社会福祉協議会

●釧路地域 ボランティアセンター釧路（☎24-1648） ●音別地域 ボランティアセンター音別（☎01547-6-2941）
●阿寒地域 ボランティアセンター阿寒（☎66-4200）【担当】市役所介護高齢課高齢福祉係（☎23-5185）

こちらからも
お申込みいただけます



市政懇談会を開催します

市長が各地域に伺い、市の取り組みなどについて市民の皆さんと情報共有、意見交換をさせていただき、市政懇談会を開催します。皆さんのご参加をお待ちしています（事前申込不要）。

※参加者の統計処理や質問者の把握のため、受付で記名をお願いします。
※地区会館の会場は、駐車台数が限られていますので、マイカーの利用は控えてください。

問合せ先 市役所市民協働推進課（☎31-4504）
阿寒町行政センター地域振興課地域振興係（☎66-2122）
音別町行政センター地域振興課（☎01547-6-2231）

日程	時間	会場
7月8日(月)	午後2時～	大星会館
		文苑会館
7月10日(水)	午後6時～	まなぼっと幣舞
		春採下町会館
7月11日(木)	午後2時～	音別町コミュニティセンター
7月12日(金)	午後6時～	阿寒湖まりむ館
7月31日(水)	午後3時～	阿寒町公民館
	午後6時～	阿寒町公民館