

体を動かすことは、普通の生活の中のちょっとした工夫でできます。体のためによいとわかっていてもひとりで続けることはなかなかできません。

私たちは、地域で運動の輪を広げきっかけづくりをしています。一緒に楽しみませんか。

体がたいなあ。
やっぱり運動不足
かなあ～



▲肩の筋肉をほぐすストレッチ

地域の
皆さんと
一緒に

ひろげよう 運動の輪

▼甲南町深川市場公民館での体操風景



一緒に体を動かそうと健康運動指導士岡真美先生に来ていただきウォーキングを計画しました。当日はあいにくの雨だったため予定を変更して、室内で簡単にできる体操を行いました。

これからも続けて運動していくため、月に1回みんなで地区内や里山などを歩くことにしました。(甲南町深川市場区の取り組み)

問い合わせ

健康推進連絡協議会事務局(健康推進課内)
☎ 65-0703 FAX 63-4591

変わりました!

介護保険

◎ 介護保険における住宅改修費支給申請について

介護サービス・介護予防サービスの中で、お住まいの住宅改修を行っているだけけるものがあります。要介護1～5の方は、居宅介護住宅改修費支給、また、要支援1・2の方は、介護予防住宅改修費支給となります。改修の対象となる主な内容は次のとおりです。

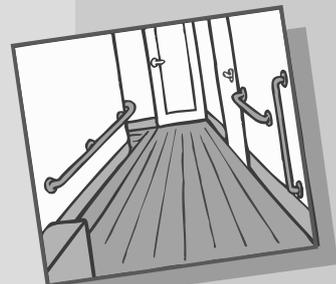
- 1、手すりの取り付け
- 2、段差解消
- 3、滑り止め防止および移動の円滑化等のための床または通路面の材料変更
- 4、開き戸の引き戸等への扉の取替え
- 5、和式便器から洋式便器への取替え等

申請手順

【申請時期】(平成18年4月1日以降の着工の場合)事前の申請が必要です。住宅改修にかかる前に、ケアマネジャー(ケアマネジャーがおられない方は地域包括支援センター)へまずご相談ください。

【提出書類等】申請書に必要な書類等を添付して事前に介護福祉課へ提出し、確認を受けることが必要です。

「添付書類」住宅改修が必要なる理由書・工事費見積書・改修予定箇所ごとの施工前の日付入り写真・見取図・住宅の所有者が対象者と異なる場合は住宅の所有者の承諾書



【施工時期】事前申請後に市から確認をした旨の通知が届きます。通知書を受け取った日以降の施工としてください。

【市における確認】申請書の添付書類等により内容を確認します。内容の確認時に否となる箇所等もある場合もあります。

【施工完了後の報告】「住宅改修完了報告書」に必要な書類等を添付し報告してください。

「添付書類」領収書・工事内訳書・完成後の状態が確認できる箇所ごとの日付入り写真、完成図等

申請・報告の代行には、ケアマネジャーまたは地域包括支援センターへお願いします。

問い合わせ

介護福祉課 介護保険係
☎ 65-0698
FAX 63-4085