

特集

健康自立度調査(基本チェックリスト)

をつけてみましょう

65歳以上の要介護、要支援認定を受けていない人を対象に、健康自立度に関する調査票（基本チェックリスト）を送付します。

調査票の回答は、「はい」、「いいえ」の二択となっています。これに回答することにより、運動機能や生活力などの心身機能の低下がみられるかどうかを判定します。

返信の期日（5月16日 日）までに回答いただいた人には、それぞれに「結果アドバイス票」を送付しますので、自分の健康状態を見直し、介護予防に取り組むきっかけとして、調査票（基本チェックリスト）をつけてみましょう。

調査票（基本チェックリスト） が届いたら…

①質問の回答を黒のボールペンで記入し、返信用封筒で返送してください。



②回答内容により健康自立度を判定し、その結果を「結果アドバイス票」として送付します。



③運動機能や生活力などの心身機能の低下がみられると判定された場合は、「きらめきシニア」介護予防プログラムへの参加をお勧めします。



④地域包括支援センター職員が相談に応じますので、それぞれに適した「きらめきシニア」介護予防プログラムに参加しましょう。

介護予防に取り組みましょう!!

高齢者の介護が必要となった原因の多くは、筋力の低下や低栄養状態など、生活機能（日常生活で必要となる機能）の低下によるものといわれています。

生活機能の低下を防ぐため、元気なうちから介護予防に取り組みましょう。

- ◆毎日の生活に運動の習慣を取り入れましょう。
- ◆おいしく楽しく、バランスのよい食事をとりましょう。
- ◆毎食後に歯磨きをするなど、お口の健康に気をつけましょう。
- ◆外に出かける楽しみを見つけましょう。
- ◆身の回りのことは自分でするなど、認知症を予防しましょう。

いつまでも自分らしく元気に暮らすため、健康自立度調査に回答し、「きらめきシニア」介護予防プログラムを利用してみましょう。



介護予防における「二次予防事業対象者」呼び名募集の最優秀賞作品

東日本大震災義援金(中間報告)について

震災直後から受付を開始した東日本大震災義援金の受付状況(平成25年3月末現在)は、次のとおりです。

日本赤十字社山口県支部美祢市地区
(美祢市)

平成24年度
受付額 **390,148円**

累 計 **34,305,178円**

山口県共同募金会美祢支会
(美祢市社会福祉協議会)

平成24年度
受付額 **107,469円**

累 計 **4,600,431円**

なお、義援金は、**平成26年3月31日まで**受け付けますので、皆様のご協力をお願いします

東日本大震災義援金の受付

日本赤十字社の受付

受付方法

- ①現金の受付 地域福祉課、各総合支所、各公民館の窓口
- ②口座振込

受付口座	口座名義
山口銀行山口支店 (普) 852446	ニホンセキジュウジシャヤマグチケンシブ 日本赤十字社山口県支部
ゆうちょ銀行 00140-8-507	ニホンセキジュウジシャヒガシニホンダイシンサイギエンキン 日本赤十字社東日本大震災義援金

- ※山口銀行本支店間での取扱いは、振入手数料は免除されます。
- ※郵便局窓口での取扱いの場合、振替手数料は免除されます。
- ※税制優遇の領収書発行については美祢市地区までご連絡ください。

問合せ先

日本赤十字社山口県支部美祢市地区(地域福祉課内)
【☎0837(52)5228】

山口県共同募金会の受付

受付方法

- ①現金の受付 市社会福祉協議会本部、美東地域福祉センター、秋芳地域福祉センター
- ②口座振込

受付口座	口座名義
ゆうちょ銀行 00170-6-518	チュウオウキョウドウボキンカイ 中央共同募金会

- ※備考欄に「東日本大震災義援金」をご記入いただくと振入手数料が無料となります。

問合せ先 山口県共同募金会美祢支会
(市社会福祉協議会内)
【☎0837(52)5222】

5月は赤十字社員 増強運動月間です

本年も、5月1日から1か月間「赤十字社員増強運動」が、全国一斉に展開されます。

この運動は、赤十字の理念や事業活動について、多くの人に知っていただくとともに、赤十字事業を推進するために必要な資金を募集して毎年一定のお金(社資)を出資し、赤十字を支えてくださる人(社員)を確保することを目的としています。

日本赤十字社では、皆さんからいただく貴重な事業資金により、国内外での災害救護運動をはじめ、ボラ

ンティア活動の強化、血液事業や社会福祉活動の推進などの幅広い事業を行っています。

これらの目的や事業をご理解いただき、ぜひ運動へのご参加をお願いします。

平成24年度実績額
5,158,250円

たくさんの社資をお寄せいただきありがとうございました。本年度もぜひ、同額以上のご協力をお願いします。

※日本赤十字社では、「健康で安全な生活」に役立つ講習会の講師を派遣しています。

講習には、「救急法」、「水上安全法」、「雪上安全法」、「家庭看護法」、「幼児安全法」、「家庭あんま術」があります。

詳しくは、地域福祉課まで問い合わせください。

問合せ先 地域福祉課 【☎0837(52)5228】