

家族介護者等支援交流会に参加しませんか？

日々の介護から少しの間だけ離れ、介護に役立つお話を聞いたり、音楽に耳を傾けたりしませんか？バスツアーでは、同じように家庭で介護をしている方々と日頃の悩み等を話し合いながら心や体をリフレッシュしましょう。

回	月日	時間	場所	内容
1	10月17日 (木)	午前10時～ 11時30分	一宮市社会福祉協議会 大和事務所 会議室	講演会 講師 中保健センター保健師
2	10月24日 (木)	午前10時～ 10時50分	一宮市社会福祉協議会 大和事務所 会議室	演奏会 二胡奏者 未華 氏
		午前11時～ 12時	一宮市社会福祉協議会 大和事務所 会議室	介護者とケアマネジャーと 意見交換会
3	11月7日 (木)	午前8時45分～ 午後4時45分頃	岩村散策と稲武・ 夏焼温泉 (豊田市)	日帰りバスツアー

対象者：・市内在住の方で「介護保険法」において「要支援1・2、要介護1～5」と認定された方を在宅で介護してみえる方
・3回すべて参加できる方

参加費：500円

定員：30名 (先着順)

申込み：10月1日(火) 午前9時から電話で本部 (Tel 85-7024) へ

ボランティア養成講座

手話講座 (スタート編)

～ 一から手話を学んでみたい方へ ～

場 所	社会福祉協議会大和事務所 会議室
日 に ち	10月17日から3月6日まで 毎週木曜日 (計20回)
時 間	午後1時～3時
対 象	一宮市内在住・在勤で手話技術と知識を学びたい方
定 員	20名 (先着順)
受 講 料	テキスト代 1,200円
申 し 込 み	10月2日 (水) 午前9時から社会福祉協議会本部 (Tel 85-7024)



防災プチ情報 災害に対する備えは万全ですか？

食料編

家庭での食料備蓄について、これまで3日分とされていたものが、「1週間分以上確保する必要がある」と見直されたことをご存知ですか？

(1日・1人あたりの目安)

お水 3リットル

お米 3合

4人家族の場合→

なんと！

84リットル (2ℓ ペットボトル 42本)

13キログラム

災害専用として保管するには膨大な量かもしれませんが、日常的に使いながら、使った分を補充していく方法で、常温保存できるレトルト食品・缶詰や根菜類なども含め、日頃から備えておきましょう！



家具固定編

自分や家族の命を守るため、ご自宅の家具固定はお済ですか？自分で固定することが難しい場合、お手伝いしてくれる団体がありますので、ご活用ください！

◆対象者：一宮市にお住まいの方 ◆費用：工事費無料 (金具代等実費負担あり)

◆連絡先：一宮防災ボランティアネットワーク (代表：伊藤) Tel 090-4794-8863