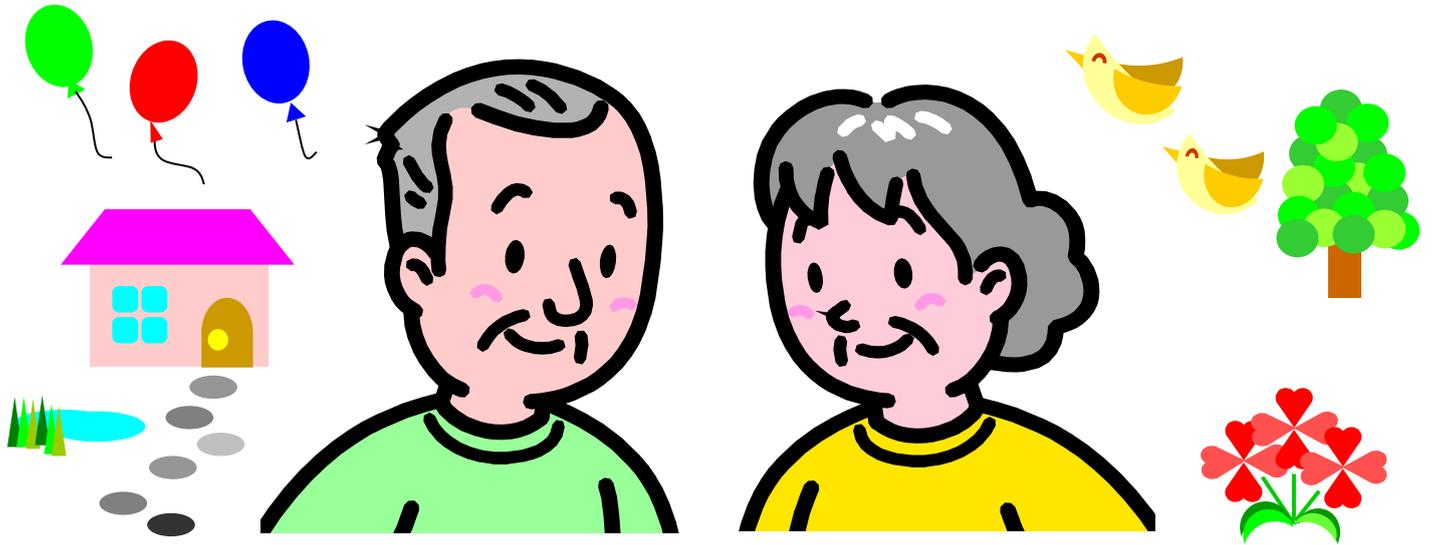


いつまでも健康で自分らしく暮らしていくために

はじめましょう

いきいき介護予防



住み慣れた地域や家で、家族や友人と一緒に、いつまでも自分らしく実りある人生をおくるためには、介護が必要な状態にならないよう予防し、健康な体と心を保つこと（介護予防）が大切です！

毎日をいきいきと暮らすため、あなたも「いきいき介護予防チェック」を受けて、「いきいき介護予防教室」に参加しませんか！

2011年度（平成23年度）から、介護予防事業が、身近に参加しやすくなりました！

- 1 「いきいき介護予防チェック」で、介護予防の取り組みが必要かどうかを判定します。
- 2 介護予防の取り組みが必要と判定された人を「いきいきシニア」に決定します。※「いきいきシニア」の通称は公募により決定しました。
- 3 「いきいきシニア」を対象として「いきいき介護予防教室」を開催します。



福 山 市