

## 民生委員・児童委員はみなさんの相談役 5月12日は民生委員・児童委員の日

民生委員・児童委員の日は、昭和52年（1977年）に当時の全国民生委員児童委員協議会（現在は全国民生委員児童委員連合会）が定めたもので、大正6年（1917年）5月12日に民生委員・児童委員制度の前身の岡山県済世顧問制度設置規定が公布されたこと  
に由来するものです。

民生委員は、民生委員法により住民の中から選ばれ、厚生労働大臣が委嘱（民生委員として活動することを依頼）します。また、児童委員は、児童福祉法によって民生委員が兼ねており、児童福祉問題を専門に担当する主任児童委員もいます。

民生委員・児童委員は、常に住民の立場にたつて、安心で暮らしやすい地域社会をつくるために活動しています。それぞれの民生委

## 筋力向上トレーニング講習会

員・児童委員が担当する地域のなかで、生活上の心配ごとの相談や、福祉サービスを利用するためのお手伝いなど、さまざまな活動に取り組んでいます。近年では、児童虐待の防止や不登校・ひきこもりといった課題にも積極的に対応しています。

※問い合わせは、福祉保健課 ☎ 83-2777

福祉会館の機能訓練室のマシーンを使うための講習会です。参加希望者の意向に合わせ日程調整を行い、随時開催させていただきます。

再受講の希望も受け付けます。

お気軽に電話でお問い合わせください。

※問い合わせは、福祉保健課 ☎ 83-2777

## 6月1日は「人権擁護委員」の日

人権擁護委員は、女性・子ども・高齢者などをめぐる人権の問題やインターネット上の人権侵害、新型コロナウイルス感染症に関連した差別などで困っていることの相談に応じています。

ますので、お気軽にご相談ください。

◎町の人権擁護委員  
原島 貞夫（丹三郎）  
小峰 京子（南水川）

相談は無料で、難しい手続きはありません。相談内容についての秘密は守られ

※問い合わせは、福祉保健課 ☎ 83-2777

## 介護予防サービスのご紹介

加齢に伴い、筋力や心身の活力が低下した状態を「フレイル（虚弱）」といいます。健康と病気の間のような段階で、高齢者の多くが「フレイル」の段階を経て要介護状態になると考えられています。住み慣れた地域でいつまでも健康で楽しく生きがいを持って暮らせるよう、介護予防サービスを上手に利用し健康づくりと介護予防に取り組みながら、健康長寿を実現しませんか？

〈町で実施している介護予防サービス〉

サービス名	主な内容
筋力向上トレーニング	筋トレマシンによるトレーニングや柔軟体操
運動機能向上トレーニング	接骨院の先生による簡単なトレーニング方法の指導
介護予防デイサービス	デイサービスセンター等でのストレッチ・筋力アップ体操など
食事療養サービス	奥多摩病院にて管理栄養士の指導のもと治療食を提供
配食サービス	週3回ご自宅に夕食を配食し安否確認も実施
介護予防普及啓発訪問サービス	生活館等での介護予防の取組方法の紹介・体操教室・講話など

「筋力向上トレーニング」では、現在、6月からの利用希望者を募集しています。

※その他のサービスを含め、ご利用に関する問い合わせは、

奥多摩町地域包括支援センター ☎ 83-8555