

地域包括支援センターだより

所在地：長万部町役場内
 電話：2-2016【内線170】 FAX：2-2931
 相談時間：8:30～17:15(土日祝、年末年始を除く)

『いきいき体操』やってますよ！ in 南栄町

平成29年5月23日から、南栄町老人憩いの家で南栄町内会が中心となって開催し、半年が過ぎました。

当初は3か月を目標に毎週水曜日に開催していましたが、参加者から好評のため今後も続けることになりました。

継続して参加した方からは「今まで出来なかった姿勢(仰向け・うつぶせ等)が出来るようになった。」「顔見知りもでき、みんなでやるのが良く、社交場の一つ」等の声が聞かれ、皆さん楽しみながら行っています。南栄町老人憩いの家で、毎週水曜日10時30分から開催しています。

興味のある方は、一度体験してみたいはいかがでしょうか。



♪ 1、2、3、4、5、6、7、8 …

「いきいき百歳体操」は、身近な場所で仲間と一緒に自主的に運動を継続することで、体力や筋力もつき地域でも孤立せず、楽しい仲間づくりにも役立つ体操です。

☆いきいき百歳体操に興味がある、体験会を行いたい町内会や団体がありましたら、長万部町地域包括支援センター（長万部町役場内）2-2016にご相談下さい！

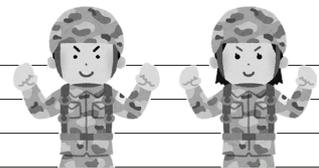


日ごろから、ご近所やご家族にひと声かけてから出かけましょう！

予備自衛官補募集

～予備自衛官補とは、普段は社会人や学生の方であっても、いざという時には自衛官として社会に貢献できる制度です～

対 象	一般公募	18歳以上34歳未満
	技能公募	18歳以上で指定の国家資格等保有者 (一例) 医師、薬剤師、臨床心理士、自動車整備士、情報処理、電気主任技術者、建築士、測量士、司法書士等 (保有する技能に応じ53～55歳未満)
受 付	平成30年1月9日(火)～平成30年4月6日(金)まで	
試 験 日	平成30年4月14日(土)～18日(水)のいずれか1日	
身 分	非常勤の特別職国家公務員	



平成29年度 防衛省・自衛官候補生募集 (2月、3月) 案内

受付期間	対 象	試験日	待 遇 等
2月募集期間 2月9日(金)まで	18歳以上 27歳未満 の男子	2月10日(土) 2月11日(日) 2月12日(月) (いずれか1日)	《身分》特別職国家公務員 《俸給》130,800円 (自衛官任用一時金176,000円、2士任用後166,500円、年2回ボーナスあり)
3月募集期間 3月2日(金)まで		3月3日(土) 3月5日(月) (いずれか1日)	《各種手当》特殊勤務手当、地域手当、寒冷地手当、特勤勤務手当 《休日》週休2日制、祝日、年次休暇、特別休暇

自衛隊函館地方協力本部
 自衛官募集サイト

自衛官採用中！！

詳しい説明及び受験手続き(志願書類など)は、自衛隊函館地方協力本部今金地域事務所までご連絡ください。
 電話 (0137) 82-0258 メールでの資料請求は、recruit1-hakodate@pco.mod.go.jp へ

(有料広告)

認知症対応型共同生活介護 グループホーム平里の家 随時入所相談受付中！



- 要支援2～要介護5までの認定を受けられている方
 - 認知症の診断を受けている又はこれから受けられる方
 - 1人で生活できない、介護が必要な方はご相談下さい
- ※現在、生活保護を受給されている方や認知症の診断がない方も、お気軽にご相談下さい

＜スタッフ募集＞ 経験・資格不問 親切・丁寧にご指導します

随時見学、ご相談承ります！

株式会社 鈴木総合サービス
 〒049-3513 北海道山越郡長万部町平里43-23
 TEL・FAX 01377-2-3338
 TEL 01377-2-6363
 代表取締役 鈴木敏夫