

I 社会貢献(ボランティア)活動をしてみたい (まちづくり、福祉、災害ボランティア及び団体設立など)

1	事業名	問合せ先(名称・住所)	電話番号	受付時間
	介護予防ボランティア養成講座	茂木町保健福祉課高齢者支援係(地域包括支援センター) 茂木町大字茂木155番地	0285-63-5651	8:30~17:15 (土・日・休日・年末年始を除く)

【概要】

介護予防に関心のある方を対象に、介護予防に関する知識や脳カトレーニング・介護予防体操を学べます。介護予防について自分のために学ぶことが、誰かのためにもつながります。随時開催になります。

2	事業名	問合せ先(名称・住所)	電話番号	受付時間
	にこにこ介護予防ボランティア	茂木町保健福祉課高齢者支援係(地域包括支援センター) 茂木町大字茂木155番地	0285-63-5651	8:30~17:15 (土・日・休日・年末年始を除く)

【概要】

介護予防ボランティア養成講座を受講された方が活動している会です。月1回にこにこ介護予防教室にて運動や脳トレをリードし、参加者と一緒に楽しむ会です。

3	事業名	問合せ先(名称・住所)	電話番号	受付時間
	福祉に関するボランティア活動の相談及び情報提供	茂木町社会福祉協議会 茂木町大字茂木1043番地1	0285-63-4969	8:30~17:15 (土・日・休日・年末年始を除く)

【概要】

福祉ボランティア活動に関する相談、情報提供ができます。
地域で活動するボランティア団体の紹介をいたします。
ボランティア活動を希望する個人や団体への活動保険加入ができます。

Ⅱ 仲間づくりをしたい(趣味・特技を活かした仲間づくり、地域の仲間づくり)
--

1	事業名	問合せ先(名称・住所)	電話番号	受付時間
	もてぎふれあいの家	もてぎふれあいの家 茂木町大字茂木1792 番地3	0285-63-0433	月・水・金の 10:00~16:00 (年末年始を除く)

【概要】

おしゃべり・お茶飲み・集まりの場所の提供や囲碁、編み物教室、エコクラフト、ハンドベル・歌、百人一首、つるし飾り教室などの活動を行っています。ふれあいの家で活動されている方たちは、皆さんとてもいきいきとしています。楽しい活動を通して、新しい趣味を見つけてみませんか。予約不要です。お気軽にお立ち寄りください。

2	事業名	問合せ先(名称・住所)	電話番号	受付時間
	茂木町グラウンド・ゴルフ協会 茂木町ゲートボール協会 茂木町ターゲットバードゴルフ協会	茂木町民体育館 茂木町大字小井戸266 4番地1	0285-63-5333	8:30~17:30 (月・年末年始を除く)

【概要】

健康の促進・維持や、競技を通して参加者同士の交流を深める事を目的として活動しています。
在籍している方の割合は60歳~80歳の方、特に70代の方が多いです。

3	事業名	問合せ先(名称・住所)	電話番号	受付時間
	老人クラブ活動	茂木町社会福祉協議会 茂木町大字茂木1043 番地1	0285-63-4969	8:30~17:15 (土・日・休日・年末年始を除く)

【概要】

活動としては、セカンドライフを豊かにするための健康づくり活動、趣味や文化活動を通じた仲間づくり及び地域に貢献する取り組みを行います。
町内のおおむね60歳以上の方が加入できます。

Ⅲ 学びたい(生涯学習講座・教室で学びたい)

1	事業名	問合せ先(名称・住所)	電話番号	受付時間
	認知症サポーター養成講座	茂木町保健福祉課高齢者支援係(地域包括支援センター) 茂木町大字茂木155番地	0285-63-5651	8:30~17:15 (土・日・休日・年末年始を除く)

【概要】

町内ボランティア組織や町内高齢者施設にて認知症サポーター養成講座を実施しています。受講者には、認知症の基礎的な知識や認知症の症状がある方への対応のポイント、自分自身の認知症予防のためのポイントを学んでいただき、誰もが暮らしやすい地域づくりにつなげています。

2	事業名	問合せ先(名称・住所)	電話番号	受付時間
	公民館事業(町民学校)	茂木町公民館 茂木町大字茂木151番地	0285-63-1137	8:30~17:15 (土・日・休日・年末年始を除く)

【概要】

趣味、教養、文化などの関する講座、教室を実施しています。
町内に在住在勤の方であればどなたでも参加できます。

3	事業名	問合せ先(名称・住所)	電話番号	受付時間
	公民館事業(もてぎ槻の木塾)	茂木町公民館 茂木町大字茂木151番地	0285-63-1137	8:30~17:15 (土・日・休日・年末年始を除く)

【概要】

60歳以上の町民を対象に誇りと生きがいを持ち、自立した生活を送るための学習活動を行います。
交通安全、歴史探訪、町外研修、健康測定など様々な分野の全7回講座を受講します。

IV 知識、技術を活かしてみたい

1	事業名	問合せ先(名称・住所)	電話番号	受付時間

【概要】

V 働きたい

1	事業名	問合せ先(名称・住所)	電話番号	受付時間
	茂木町シルバー人材センターの就業紹介	茂木町シルバー人材センター 茂木町大字茂木1043番地1	0285-63-4970	8:30~17:15 (土・日・休日・年末年始を除く)

【概要】

高齢者の社会参加を促進し、生きがいづくりや健康の保持増進、高齢者の就業機会の確保などを目的とした公益社団法人です。
 事業所、一般家庭、公共団体等からの仕事の依頼を受け、会員に提供しています。
 会員の就業内容により、報酬として「配分金」を支払っています。
 また、会員の技能・技術を高めるため、技能講習を定期的実施しています。
 町内在住の60歳以上の方が会員として登録できます。

VI 健康づくりをしたい

1	事業名	問合せ先(名称・住所)	電話番号	受付時間
	介護予防教室	茂木町保健福祉課高齢者支援係(地域包括支援センター) 茂木町大字茂木155番地	0285-63-5651	8:30~17:15 (土・日・休日・年末年始を除く)

【概要】

現在、「腰痛予防教室」、「筋力アップ教室」、「ノルディックウォーキング継続者教室」、「にこにこ介護予防教室」の計4つの介護予防教室を行っています。65歳以上の元気な町民の皆様が、要支援・要介護状態になることを予防し、住み慣れた地域で自立した生活を営むことができるように、楽しく活動しています。

2	事業名	問合せ先(名称・住所)	電話番号	受付時間
	いきいき教室(健康増進事業)	茂木町保健福祉課健康係「元気アップ館」 茂木町大字茂木1043番地1	0285-63-2555	8:30~17:15 (土・日・休日・年末年始を除く)

【概要】

湯たんぽを使用した温罨法、体力アップの体操や心地よい姿勢の体験等を通して、身体の不調を改善していく教室です。

3	事業名	問合せ先(名称・住所)	電話番号	受付時間
	健康体操教室(健康増進事業)	茂木町保健福祉課健康係「元気アップ館」 茂木町大字茂木1043番地1	0285-63-2555	8:30~17:15 (土・日・休日・年末年始を除く)

【概要】

呼吸法を中心とした東洋体操を行い、膝関節痛や腰痛、不眠や冷え性等の改善を目的とした体操教室です。

4	事業名	問合せ先(名称・住所)	電話番号	受付時間
	健康診断	茂木町保健福祉課健康係「元気アップ館」 茂木町大字茂木1043番地1	0285-63-2555	8:30~17:15 (土・日・休日・年末年始を除く)

【概要】

茂木町保健福祉センター「元気アップ館」を会場にがん検診、特定健診、後期高齢者健診等を行っています。受診するには事前予約が必要です。

Ⅶ 生き方について相談したい

1	事業名	問合せ先(名称・住所)	電話番号	受付時間
	茂木町地域包括支援センター	茂木町保健福祉課高齢者支援係(地域包括支援センター) 茂木町大字茂木155番地	0285-63-5651	8:30~17:15 (土・日・休日・年末年始を除く)

【概要】

地域包括支援センターには、保健師・介護支援専門員・社会福祉士などの専門職がいます。いつまでも住み慣れた茂木町で安心して暮らせるように、介護や福祉・保健・医療・生活全般に関する事など、高齢者の皆様のさまざまな相談に対応しています。

<主なしごと>

- 地域での”介護”や”福祉”に関する総合相談窓口
- 要支援1・2の方の介護予防ケアプランの作成・ケアマネジメント
- 介護予防のための運動や口腔ケア、栄養改善を目的とした教室の開催
- 頼れる家族がない方へ”成年後見制度”の案内や”虐待の早期発見・防止”、消費者被害の防止
- 一人暮らしの高齢者への支援
- 民間事業所のケアマネジャーとの連絡調整 など