

旭警察署よりお知らせ

防犯速報

平成28年6月
旭警察署

マンション駐輪場が狙われています!

注意 自転車盗が多発!

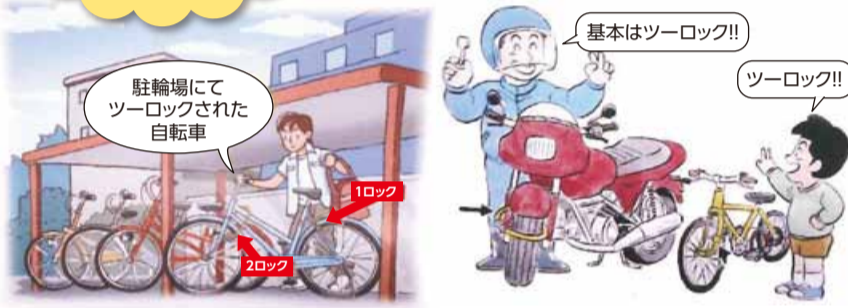
マンション・集合住宅の駐輪場のオートバイや自転車が狙われています!

- わずかな時間でもカギをかける習慣をつけましょう。
- 基本はツーロックで!

特にスポーツ車が狙われています

防犯対策

駐輪場には
防犯カメラ・
センサー付きライトを
設置しましょう



不審者を見かけられた場合は、

- 不審者の人相・服装
- 不審車両の登録番号・車種・色などを確認していただき、警察に通報してください。

問合せ旭警察署 ☎6952-1234

旭消防署よりお知らせ

救命入門コースを受講しませんか

突然の事故や病気のと看、救急現場に居合わせた人の勇気ある行動が傷病者の社会復帰につながります。

元気だった人が突然倒れ、心臓が止まった場合、直ちにAEDによる除細動や心肺蘇生を実施すれば、救命の可能性は高くなります。

旭消防署では大切な命を助けるために、AEDの使用方法を含めた救命入門コースを開催しています。

日時 平成28年6月2日(木) 18:30~20:00まで

場所 大阪市旭消防署

申込方法 大阪市旭消防署(☎6952-0119)まで電話でお申し込みください。
*先着順20名まで

場所 無料



問合せ旭消防署 ☎6952-0119

あなたも

介護予防事業に参加しませんか?

要支援・要介護状態になることを予防し、いつまでもお元気に、いきいきとした生活をおくっていただくため、介護保険の認定を受けていない(※1)65歳以上の方で、介護予防を必要とする方を対象に行っています。(参加費は無料です。)

介護予防教室(複合型)

3カ月を1クール(20回)として、次の内容を実施しています。

運動器の機能向上

介護予防運動指導員・保健師等により、軽いストレッチ体操や4台のマシン運動で、筋力の低下防止、向上を目指します。



- 姿勢がよくなりました。
- 脚力に自信ができました。
- 運動の合間の談笑も楽しみに、和気あいあいとやっています。

口腔機能向上

お口の中のメカニズムを知り、口腔内を鍛え、全身の健康につなげましょう。歯科衛生士の指導により実施します。

栄養改善

管理栄養士の指導のもと、バランスのよい食事内容について、楽しく学びます。

複合型の教室は、65歳以上で介護認定を受けていない方で基本チェックリストに該当された方(※但し、基本チェックリストに該当された後、事業参加検診(無料)を受診されて医師の許可が出た方に限ります。)詳しくはお近くの地域包括支援センターまで、ご相談ください。

なにわ元気塾

地域の身近な場所(憩の家など)で、月1回集い体操やゲームで体を動かしたり、歌や音楽、レクリエーション、また皆さんで語らい心と体の元気を高めます。



※参加ご希望の方は、お住まいが高殿・高殿南・大宮の方…旭区包括支援センター ☎6957-2200、お住まいが太子橋・清水・新森・古市の方…旭区東部包括支援センター ☎4254-3336、お住まいが、生江・城北・中宮の方…旭区西部包括支援センター ☎6958-5030までお問い合わせ下さい。

(※1)介護認定を受けておられる方は、介護サービスを全く利用していても、この事業には参加できません。

問合せ大阪市旭区社会福祉協議会 介護予防事業 ☎6957-2200