

## 高齢者の生活支援の 担い手養成研修 参加者募集

☎773・6675

高齢者の中には、食事や入浴などの身体的な介助までは不要でも、掃除や買い物など日常生活のちょっとした生活支援を必要とする人がいます。高齢者の生活支援の担い手として、地域を支える活動をはじめてみませんか。

### 養成研修

対 60歳以上の市内在住者  
日 7月14日(金)  
午前10時～午後4時10分

会 ふれ愛支援センター 多目的ホール

定 30人(先着順)

費 無料

☎ 6月30日(金)

申 南魚沼シルバー人材センター

☎ 772・4973

(主催：新潟県シルバー人材センター連合会)

内 訪問型サービスB従事者の

養成を目的として、介護保険法や高齢者の特徴、実際の生活支援などを学びます。

他 訪問型サービスBはシル

バー人材センターに委託している業務です。実際に担い手として活動するには、シルバー人材センターの会員になる必要があります。

※養成研修の受講は、会員になることを強制するものではありません

### 障がい者差別解消法をご存知ですか

☎773・6667

☎773・6723

障がい者差別解消法は、障がいのある人への差別をなくすことで、障がいのある人もない人も、ともに生きる社会をつくることをめざし、平成28年4月に施行されました。

対象となる人は

障がい者手帳を持つ人のほか、身体障がい、知的障がい、精神障がい(発達障がいを含む)、そのほか心身の機能に障がいがあり、障がいや社会の中にある障壁によって日常生活や社会生活に相当な制限を受けている人です。

「不当な差別的取り扱いの禁止」と「合理的配慮の提供」

障がい者差別解消法では「不当な差別的取り扱い」を禁止し、「合理的配慮の提供」を求めています。

「不当な差別的取扱い」と「合理的配慮の提供」

|           | 国の行政機関・地方公共団体など | 民間企業など           |
|-----------|-----------------|------------------|
| 不当な差別的取扱い | 禁止              | 禁止               |
| 合理的配慮     | 法的義務            | 努力義務 → 法的義務へ(注1) |

(注1) 令和3年5月に改正され、改正法は令和6年4月

月から施行

不当な差別的取り扱いとは

正当な理由なく障がいがあるという理由だけでサービスの提供を拒否したり、制限したり、条件を付けるような行為です。

具体例

・「障がいがある」という理由だけでスポーツクラブに

合理的配慮とは  
合理的配慮は、障がいのある人から「社会の中にある障壁を取り除くために何らかの対応を必要としている」との意思が伝えられた時に、負担が重すぎない範囲で対応する配慮のことです。

具体例

・車いす利用者が、建物の入り口に段差があり進めない場合、可動式のスロープなどを使って補助する  
・意思を伝えあうために、絵や写真などのカード、タブレット端末などを使う  
※福祉窓口ではタブレット端末を設置しています。ご利用ください

う心身機能の低下で要介護となる一歩手前の状態です。フレイルを予防するには、栄養(食・口腔機能)・身体活動(運動・社会活動など)・社会参加(就労・余暇活動・ボランティアなど)の3つのポイントが重要です。運動不足を感じている人など、筋力づくり教室でフレイル予防を始めませんか。

筋力づくり教室は地域の集落センターなどで開催し、筋力づくりサポーターと一緒に、レインボー健康体操を行います。レインボー健康体操は、椅子に座ったまま筋力を高めることができ、関節への負担も少なく、足腰に痛みのある人でも無理なく行うことができます。

持 飲み物、長めのタオル、会場によってはバスタオルやヨガマット

費 1回60円

申 不要。直接会場まで。

※南魚沼市筋力づくり教室の開催予定表を16ページに掲載。開催日などは、変更する場合あり

### 「筋力づくり教室」で フレイル予防を はじめませんか

☎773・6675

「フレイル」は、加齢に伴