

# 運転を続けるための教室



～いつまでも安全運転で  
生き生きとした人生を～



全国各地で高齢者ドライバーによる事故のニュースが後を絶たず、運転をする高齢者自身にとってもその家族にとっても運転に対する不安を抱えていることと思います。でも、「運転」「車」がなくなったら、この地域でどう暮らしていったらいいか……。

本教室は、高齢者が自身の運転技術や身体能力の現状を確認した上で、安全運転のための身体の使い方や安全運転のための知識やルールを再確認し、いつまでも安全運転でき社会とのつながりを持ち続け孤立しないことを目的に開催します。

まだまだ安心して安全に運転を続けたい！と思っているみなさんの参加をお待ちしております。



日時	9月4日（土） 午後1：00～4：00（受付開始 12：30）
場所	つがる市生涯学習交流センター 松の館
参加費	無 料
参加申込	つがる市内の概ね65歳以上の方 ※先着 30名 ・運転を続けられるか心配している方 ・これからも運転を続けたい方 ●受付期間……8月16日～8月27日（平日のみ）8:30～17:00
内 容	①身体機能のチェックと、その結果・評価 ②安全運転・交通事故防止についてのミニ講話 ③安全運転のための体操、安全運転のための身体の使い方 【講師、実技指導……青森県理学療法士会、つがる警察署】 ★つがる警察署による相談コーナー（運転免許返納、交通安全等）もあります
留意点	① 運動しやすい服装・運動靴でお越しください。また会場内は適宜換気を行いますので、暑さ・寒さの調節ができるようにしてください。 ② 汗拭きタオル・飲み物、筆記用具は各自でご持参ください。 ③ 感染症予防のため、マスクの着用をお願いします。また体調が悪い場合方・当日熱がある方はご遠慮ください。 ④ 気象状況、また感染症等の発生状況により本教室を中止する可能性もありますのでご了承ください。
申し込み先 （主催者）	つがる市地域包括支援センター（つがる市稲垣町豊川宮川42-3） 電話69-7117 / FAX46-3340 / メール tsushihokatsu@iris.ocn.ne.jp
○協賛：一般社団法人青森県理学療法士会、つがる警察署 ○協力：つがる地区交通安全協会、つがる市老人クラブ連合会	

