

健康ポイント
対象

脳力アップ教室

頭と体を使う脳トレーニングや体操の体験、認知症予防に関する学習をします。

対象 市内在住の65歳以上で認知症の診断や治療を受けていない方



健康ポイント
対象

ひざ腰元気教室

高齢期を元気に過ごすために、健康についての学習や体操を行い健康寿命を伸ばしましょう。

対象 市内在住の65歳以上(過去にひざ腰元気教室の受講経験がない方)



認知症サポーター養成講座

認知症サポーターとは、認知症を理解し、認知症の方やその家族を温かく見守る人です。受講者には認知症サポーターの証のオリジナルリングをお渡しします。

対象 医療・介護の専門知識がない方
日時 8月18日(木)午後7時30分

場所 市役所(花岡町2)
定員 20人(超えた場合は抽選)
申込み 8月10日(水)までにTEL
問合せ 地域包括支援センター

9時

35-2940

会場	きりう福祉センター(桐生町8)	山王福祉センター(森下町1)	総合福祉センター(昭和町2)
開催日	8月23日(火)	8月25日(木)	8月26日(金)
時間	13:30~15:00		10:00~11:30
内容	バランスのよい食事		認知症を予防する運動
定員	10人		20人
申込み	前日までにTEL		
問合せ	福祉サービス公社 ☎36-2940		社会福祉協議会 ☎35-0294

会場	山王福祉センター(森下町1)
開催日	9月5日~令和5年2月20日の毎週(月)
時間	13:30~15:00
定員	9人
申込み	9月2日(金)までにTEL
問合せ	福祉サービス公社 ☎36-2940

健康ポイント
対象

あたまの健康チェック

脳の働きが年齢相当かどうかを簡易的に調べることが出来ます。自分の脳の働きを知り、認知症予防の取り組みを始めましょう。

対象 ①②③の全てを満たす方

- ① 市内在住の65~79歳
- ② 認知症の診断や治療を受けていない
- ③ 介護保険の要支援・要介護に該当しない

申込み 前日までにTEL

※認知症の診断や検査をするものではありません

健康ポイント
対象

後期高齢者医療制度加入者の皆さんへ「ぎふすこやか健診」「ぎふさわやか口腔健診」のお知らせ

対象 後期高齢者医療制度の被保険者全員(75歳以上の方)および65歳から74歳の広域連合の認定を受けた方

受診方法 対象者全員に案内をお送りしています。案内が届いたら、実施医療機関に直接予約をしてください。

※年度途中に75歳になる人(昭和22年4月~10月生)には、誕生日翌月に案内をお送りします

※昭和22年11月以降に生まれた国民健康保険加入者へは、特定健

診療名	期間	検査内容	受診料
すこやか健診(からだの健診)	6月1日(水)~10月31日(月)	身体計測、問診、診察、血圧測定、血液検査(脂質・肝機能・血糖・貧血・腎機能)、尿検査 *心電図検査(医師が必要と認めた場合)	500円
さわやか口腔健診(お口の健診)	6月1日(水)~12月27日(火)	問診 歯・口腔の検査(咬み合わせ、咀嚼機能、舌・口唇機能、嚥下機能、歯周組織)	300円

問診の受診券を送付しています
問合せ 市民課35-3003

会場	よって館宙(七日町1)	市役所(花岡町2)	総合福祉センター(昭和町2)
開催日	8月10日(水)	8月22日(月) 8月29日(月)	8月26日(金)
時間	13:30~16:00	9:00~12:00	
申込期限	前日までにTEL		
問合せ	よって館宙 ☎32-2411	高年介護課 ☎57-5200	

介護者のためのほっとする談話室 問合せ NPO法人まちづくりスポット ☎62-8550
日時 8月10日(水)、20日(土)、30日(火)いずれも10:00~15:00 場所 まちスポ飛驒高山(天満町1)