

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



場 所	山王福祉センター (森下町1)	総合福祉センター (昭和町2)
期 日	11月17日(休)	11月25日(金)
時 間	13:30~15:00	
内 容	脳の健康 (認知症の予防)	認知症を 予防する食事
定 員	15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

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
簡易的に知ることができます。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



場 所	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)
期 日	11月9日(水)	11月21日(月) 11月22日(火)	11月25日(金)
時 間	13:30~ 16:00	9:00~ 12:00	13:30~ 16:00
申込み	前日までにTEL		
問合せ	よって館宙 ☎32-2411	高年介護課 ☎57-5200	

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)

期間 11月29日~令和5年5月9日の
毎週(火)

時間 午前9時30分~11時

場所 総合福祉センター(昭和町2)

定員 5人

申込み 11月21日(月)までにTEL

問合せ 社会福祉協議会
☎35-0294

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
のオレシジリングをお渡しします。

対象 市民

期日 11月19日(土)

時間 午後1時30分~3時

場所 201・202会議室(本庁2階)

定員 30人(超えた場合は抽選)

申込み 前日までにTEL

問合せ 地域包括支援センター
☎35-2940

後期高齢者医療制度にご加
入の皆さんへ

健診期間が残りわずか

さわやか口腔健診の実施期間が残
りわずかです。未受診の方は、実施医
療機関に予約のうえ、受診をしてくだ
さい。

対象 ①後期高齢者医療制度の被保
険者全員

②すでに受診券を送付している
S22.8月生まれまでの方

受診期限

◆さわやか口腔健診(口の健診)
12月27日(火)

◆すこやか健診(からだの健診)
10月末で終了しました※

※S22.9月・10月生まれの方には、
この健診日程とは別で案内をお
送りしています。

人生100年時代、健康で長生
きるために健康診査を受診しま
しょう。

問合せ 市民課☎35-3003

受付終了 バリアフリー改修助成補助金

今年度で終了する高齢者住宅バリア
フリー改修助成補助金は、予算額に到
達しましたので、受付を終了しました。
なお、既に決定通知を受けている方
は、令和5年3月31日までに完了届の
提出をお願いします。

問合せ 高年介護課 ☎35-3178