

あたまの健康チェック

簡易的な認知機能チェック(脳の働きが年齢相当であるか)と認知症予防のための個別相談を実施しています。

対象 (下記の①~③の全てを満たす方)

- ①市内在住で 65歳~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・要介護に該当していない

日時 12月10日(木) 8:50~12:00 (1人30分程度)

場所 市役所(花岡町2)

定員 各日10人 **申込** 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。

※定員を超える場合は初めての方を優先します。

※支所での実施を希望される方は、ご相談ください。

問合 地域包括支援センター ☎35-2940

介護者のための「ほっとする談話室」

ご家族などの介護で悩んでいることを相談できます。話すことで気持ちが楽になったり、悩みごとが解決できることもありますので、お気軽にお立ち寄りください(参加無料、申込不要)。

期日 12月10日(木)・20日(日)

時間 いずれも 10:00~15:00

場所 まちスポ飛驒高山
(天満町1・フレスポ飛驒高山内)

申込 不要 **参加費** 無料

問合 NPO法人まちづくりスポット
☎62-8550



ひざ腰元気教室

高齢期を元気に過ごすための健康管理のポイントや認知症予防についての学習、脳トレーニング、転倒予防のための体操などを行います。

対象 市内在住の 65歳以上の元気な方
(過去に受講経験のない方)

期間 12月11日から令和3年5月7日の毎週金曜日

時間 9:30~11:00

場所 総合福祉センター(昭和町2)

定員 6人 **参加費** 無料 **申込** 12月10日(木)までにTEL

問合 社会福祉協議会 ☎35-0294

認知症サポーター養成講座

認知症になっても安心して地域で暮らすためには、皆さんの理解とあたたかい見守りが必要です。

講座では、認知症の主な症状や認知症の人への接し方などについて学びます。町内会やサークルなどのグループや、企業などに講師を派遣しますので、希望する場合はお気軽にお問い合わせください。

受講者には「認知症サポーター」の証である「オレンジリング」をお渡しします。

問合 地域包括支援センター ☎35-2940

お気軽にご利用ください!

「地域包括支援センター」

介護サービスの利用、認知症や介護予防など高齢者に関する相談に専門の職員が応じます。

日時 8:30~17:15 (平日)

上記時間外については、ご相談ください。

場所 市役所(花岡町2)または各支所ランチ

問合 地域包括支援センター ☎35-2940

健康・医療のひろば すこやか生活

特定健診会場・健診日一覧

各会場での受付実施時間は、8:00~10:30です。

高山地域

健診日	健診会場
2日 水	市保健センター(花岡町2)
3日 木	久美愛厚生病院(中切町)
4日 金	
7日 月	
8日 火	市保健センター(花岡町2)
14日 月	
15日 火	

丹生川地域

健診日	健診会場
24日 木	丹生川支所(坊方)

久々野地域

健診日	健診会場
21日 月	久々野多目的センター
22日 火	(無数河)

国府地域

健診日	健診会場
23日 水	こくふ交流センター(広瀬町)



12月 こころの健康相談

予約が必要です。
(相談は無料で、秘密は厳守します)

内容	相談日	場所	時間	予約・問合先
精神科医師による相談	2日(木)	市保健センター	13:30	飛驒保健所 ☎33-1111 (内311)
精神保健福祉士による相談	23日(木)		15:30	

※12月18日(金)までにご予約ください。

精神保健福祉士の相談では、こころの健康を目的とした、家庭や職場、学校での人間関係の悩みも伺います。話すだけでも気持ちは軽くなります。「病院に行くのは気がひける」「話を聴いてほしい」という方、また家族の方による相談、電話による相談も可能です。お気軽にご相談ください。

知っていますか? 地域猫活動

○地域猫とは

飼い主のいない猫の中で、生活環境の保全および動物愛護の精神に基づき、地域住民の合意のもと、繁殖制限、餌やり、糞尿の処理、猫の識別など地域のルールに沿って地域社会と共生する猫のことです。

○地域猫活動とは

飼い主のいない猫に起因するトラブルの軽減、繁殖による猫の増加を防止し、地域住民による適正な管理のもと、一代限りの寿命をまっとうさせて数を減らしていくことを目的とした住民活動です。

○岐阜県動物愛護センター地域猫活動支援事業

県では、町内会やマンションの管理組合など一定数の住民により構成される団体から活動計画書等の届出があった場合は、無料で不妊去勢手術を実施して猫をお返しします。また、活動を始めるにあたり、地域住民の合意形成に必要な事業説明や啓発資料の提供、猫を捕獲するための猫保護器の貸し出しも行っています。

飼い主のいない猫による困りごとを解決するために、地域猫活動をしてみませんか。

問合 飛驒保健所 ☎33-1111