

脳力アップ教室

頭と体を使う脳トレーニングや体操を体験したり、認知症の予防に関する学習をします。脳トレーニングは、家でも仲間同士でもどこでも簡単に楽しくできる内容です。



対象 市内在住の65歳以上の方で認知症の診断や治療を受けていない方

参加費 無料

4月から新たに始まる教室です。

毎月2カ所の福祉センターなどで開催します。

①総合福祉センター(昭和町2)

日時 4月8日(木)10:00~11:30 **定員** 20人

内容 認知症予防の食事 **申込** 4月7日(水)までにTEL

問合 社会福祉協議会 ☎35-0294

②山王福祉センター(森下町1)

日時 4月19日(月)10:00~11:30 **定員** 10人

内容 認知症の予防 **申込** 4月16日(金)までにTEL

問合 福祉サービス公社 ☎36-2940

あたまの健康チェック®

この検査では脳の働きが年齢相当かを簡易的に調べることができます。自分の脳の機能を知り、認知症予防の取り組みを始めましょう。



4月から、毎月2回開催します。

対象 (下記の①から③の全てを満たす方)

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

期日 4月19日(月)、26日(月)

時間 9:00~12:00 (1人30分程度)

場所 市役所(花岡町2) **定員** 各5人

費用 無料 **申込** 前日までにTEL

問合 高年介護課 ☎57-5200

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について相談ができます。話すことで気持ちが楽になり、悩みごとが解決できることもあります(申込不要、参加無料)。相談は新型コロナウイルス感染対策をして個別にに応じています。

4月から、毎月10日と20日の月2回開催します。

日時 ①4月10日(土)、20日(火)
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)

問合 NPO法人まちづくり
スポット ☎62-8550



温泉や銭湯で健康づくり

指定温泉保養施設などを半額で利用できる助成券を交付します。

利用期間 4月1日(木)~令和4年3月31日(木)

対象 4月1日現在市内に住所を有する方で次のいずれかに該当する方

①65歳以上の方(昭和31年4月1日以前に生まれた方)

②身体障害者手帳・療育手帳
または精神障害者保健福祉手帳をお持ちの方



交付場所 高年介護課(本庁1階)、各支所地域振興課、総合福祉センター(昭和町2)、山王福祉センター(森下町1)、身障会館(上三之町)
※各交付場所の休館日は交付できません

交付期間 4月1日(木)~令和4年3月31日(木)

利用回数 年間20回まで(1冊20枚つづり)

※交付にあたっては、本人確認書類(マイナンバーカードや運転免許証、健康保険証など)や、障がい者の方は身体障害者手帳などの提示が必要です。代理の方が受領される場合も、利用者本人の確認書類の提示が必要です。

※交付は1人年1冊限り、再交付はできません。

《温泉保養施設》

宿儺の湯ジョイフル朴の木、四十八滝温泉しづきの湯遊湯館、ひだ荘川温泉桜香の湯、塩沢温泉七峰館、くるみ温泉、ひだまりの湯、自家源泉臥龍の湯臥龍の郷、奥飛驒ガーデンホテル焼岳、ひらゆの森

《公衆浴場(銭湯)》鷹の湯、ゆうとぴあ稲荷湯

問合 高年介護課 ☎57-5200



今号でお知らせしている各種催しなどについては、新型コロナウイルス感染症予防のため、今後、中止・延期または内容が変更となる場合があります。