

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

参加費 無料



会場	総合福祉センター(昭和町2)	山王福祉センター(森下町1)
開催日	1月14日(金)	1月24日(月)
時間	13:30~15:00	10:00~11:30
内容	脳の健康	脳と体の健康を維持する食事
定員	20人	10人
申込期限	1月13日(木)	1月21日(金)
問合せ	社会福祉協議会 ☎35-0294	福祉サービス公社 ☎36-2940

## 成年後見制度講演会

成年後見制度は、認知症などで判断能力が不十分な方の財産や権利を守る制度です。利用できる時や成年後見人の役割などについて、寸劇と講演で楽しみながら学びます。

日時 1月25日(火) 午後1時30分~3時

場所 市図書館「煥章館」(馬場町2) 参加費 無料

講師 「マッキー&のりか」さん 定員 30人(超えた場合は抽選)

申込み 1月17日(月)までに氏名、住所、連絡先をTEL・MAIL

問合せ 高年介護課 ☎57-52000

✉kounenkaigo@city.takayama.g.jp

## 終活セミナー

「未来につながる終活」終活に向けて気になること、気が付かないことをお話しします」

日時 2月4日(金) 午後1時30分~3時

場所 市図書館「煥章館」(馬場町2)

講師 終活アドバイザー 西永由典さん

定員 30人(超えた場合は抽選) 参加費 無料

申込み 1月27日(木)までに氏名、住所、連絡先をTEL・MAIL

問合せ 高年介護課 ☎57-52000 ✉kounenkaigo@city.takayama.g.jp



健康ポイント対象

## 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どうかを簡易的に知ることができます。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。

対象 ①~③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



会場	市役所(花岡町2)	総合福祉センター(昭和町2)	よって館宙(七日町1)	よって館花里(花里町3)
開催日	1月19日(水) 1月25日(火)	1月14日(金)	1月12日(水)	1月17日(月)
時間	9:00~12:00	13:30~16:00	13:30~16:00	13:30~16:00
申込み	高年介護課 ☎57-5200	高年介護課 ☎57-5200	よって館宙 ☎32-2411	よって館花里 ☎090-5627-4447

健康ポイント対象

## 後期高齢者医療制度にご加入の皆さんへ

生活習慣病の発見や重症化予防のための健診です。今年度の「ぎふ・すこやか健診」の日程は残りわずかです。未受診の方は、この機会にぜひ受診をご検討ください。

対象 次の全てに該当する方

- ・75歳以上もしくは65~74歳で広域連合の認定を受けている
- ・今年度「ぎふ・すこやか健診」を未受診

検査内容 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)

申込み 申込期限までにTEL

問合せ 市民課 ☎35-30003

健診日	受診場所	受診料	申込期限
1月17日(月)	久美愛厚生病院(中切町)	420円	1月11日(火)
2月14日(月)			1月28日(金)

※申込者には、後日受診票などをお送りします。