

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教室に参加して、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)



健康ポイント対象

### あたまたの健康チェック®

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



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	3月8日(水)	3月13日(月) 3月20日(月)	3月24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	

会場	山王福祉センター(森下町1)	総合福祉センター(昭和町2)
期間	3月27日～8月21日の毎週(月)	4月6日～8月31日の毎週(木)
時間	13:30～15:00	
定員	8人	6人
申込み	3月24日(金)までにTEL	3月31日(金)までにTEL
問合せ	福祉サービス公社 ☎57-5502	社会福祉協議会 ☎35-0294

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、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



### 認知症カフェ

認知症カフェとは、認知症の方や介護者、認知症に関心のある方など、どなたでも気軽に交流できる場所です。



期日 3月15日(水)  
時間 午後1時30分～3時  
場所 認知症の人と家族の会事務所(石浦町2)

定員 10人  
参加料 無料  
申込み 当日の正午までにTEL  
問合せ 飛騨地区認知症カフェ実行委員会 ☎62-9482

### 高齢者住宅バリアフリー改修助成補助金 実施決定者の皆さんへ

今年度、受付を終了した「高齢者住宅バリアフリー改修助成補助金」について、すでに実施決定を受けている方は、3月31日(金)までに工事を完了し、完了届を提出してください。

4月以降の工事完了は、補助金の対象外となりますのでお気を付けてください。

問合せ 高年介護課 ☎35-3178

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)
開催日	3月23日(木)	3月24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 ☎57-5502	社会福祉協議会 ☎35-0294