

高齢者

# 11月のおれんじCafe

### ■共通事項

対認知症の方やその家族、地域の方  
◎午後1時～4時 ¥100円

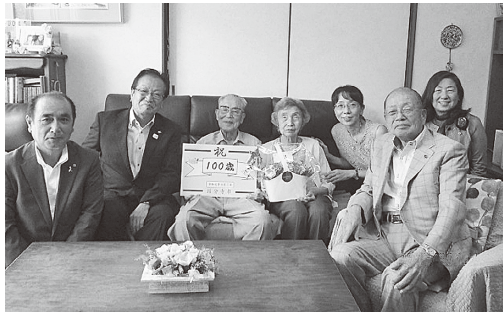
### おれんじCafeにんじん

日6日・20日(水)  
場リハセンターにんじん・健康の駅  
(西元町2-16-34)  
問☎(042)322-7706

### おれんじCafeサンライト

日12日・26日(火)  
場特別養護老人ホームサンライト  
(西町1-31-2)  
問☎(042)595-7351

→高齢福祉課☎(042)321-1301



いつまでもお元気で

9月7日、敬老の日を前に、市長、社会福祉協議会会長、民生委員・児童委員協議会会長が、市内最高齢の方と、平成30年9月16日～令和元年9月15日に新たに100歳となった方のうち希望した方を訪問して、長寿をお祝いし、記念品を贈りました。そのほかの100歳以上の方は、市の担当者と民生委員・児童委員

100歳以上の高齢者を訪問し長寿をお祝い

## 高齢者

が訪問して、記念品を贈りました。

9月15日時点で100歳以上の方は64人(男性12人・女性52人)で、最高齢の方は107歳です。

↓高齢福祉課☎042・321・1301

### 高齢者肺炎球菌ワクチン定期予防接種はお早めに

高齢者肺炎球菌ワクチン定期予防接種の対象者へ、4月上旬に接種券(桃色)を郵送しています。希望する方は早めにお受けください。接種券を紛失した場合は、接種前に健康推進課へお問い合わせください。

↓健康推進課☎042・321・1801

### シルバー人材センター 広報活動強調月間

### 家庭などの仕事を お受けします

シルバー人材センターは、高齢者が働くことを通じて、生きがい・健康作りを進め、地域社会の活性化に貢献する公益社団法人です。センターでは日常生活

## 地域包括支援センターのイベント

→高齢福祉課☎(042)321-1301

### 家族介護者交流会 自宅で暮らすための介護・医療の利用を考えよう

11月9日(土)午後1時30分～3時30分  
特別養護老人ホームうれしのの里(日吉町4-32-6)  
※当日直接会場へ

自分が年齢を重ねた時や家族の介護が必要になった時の在宅生活での工夫や福祉・医療制度の活用方法を話し合います

対市内在住で関心のある方 ¥無料  
問地域包括支援センターひよし☎(042)300-1405

活に密着した臨時的・短期的な仕事をお受けしています。家庭や事業所などでの困り事を、豊かな経験・知識・技能を持った高齢者に依頼してみませんか。また、健康で働く意欲のある会員を募集しています。植木のせんでい・除草・清掃作業に興味のある方はご連絡ください。  
**仕事内容** 障子・ふすま・網戸の張り替え、大工工事、食事作り、清掃、家具の移動、粗大ごみ出し、ガラス磨き、電球交換、服のお直し、年賀状宛名書き、パソコン出張指導など  
問シルバー人材センター☎042・325・4011  
↓地域共生推進課(内566)

凡例 日日時 場所 会場 対象 内容 講師 定員 費用 申込方法 持ち物 問い合わせ先 HP ホームページ FAX ファクス ✉ メール 託託あり 主催 共催 注意事項

## 第3期 介護予防マシン筋力トレーニング事業

元気で豊かな生活を送るため、高齢者向け運動機器を使った体作りを通して、介護予防を実践してみませんか。介護予防運動指導員などが運動機器の使い方の説明・サポートをします。初めての方や、体力に自信がない方でも自分に合ったトレーニングができます。



対象者	次の①～③をすべて満たす方 ①市内在住で12月1日(日)現在65歳以上の方 ②実施施設まで通所できる方 ③トレーニングをするうえでの身体の支障や医師からの禁止を受けていない方 ※要介護認定を受けている方、要支援認定を受け予防給付または介護予防・生活支援サービス事業の通所型のサービスを受けている方を除く	
場所	ニチイケアセンターはあときたまち(北町4-5-4)またはさわやかプラザもとまち	
定員	各24人	
期間	12月～令和2年3月※利用期間終了で卒業	
日時	原則木曜日午前9時～午後4時のうち3時間(利用時間は1人90分まで) ※詳しい利用時間は、利用決定後に各施設の担当から連絡	
料金	300円/回※住民税非課税世帯、生活保護受給者は軽減	
申込方法	申請書に記入のうえ、直接高齢福祉課(いずみプラザ内・市役所第2庁舎)または最寄りの地域包括支援センター、各施設の委託先事業者へ※多数の場合抽選 印鑑	
申請書配布	各申し込み先で※市HPからダウンロード可	
締め切り(必着)	初日からの利用を希望する場合	11月15日(金)
	期間の途中からの申し込みの場合	定員に空きがある場合先着順※原則翌月の最初の開催日からの利用
注意事項	送迎はありません/利用開始前1年以内に健康診査を受けてください/利用者に付き添っての指導は行いません	

→高齢福祉課☎(042)321-1301

## 認知症サポーター養成講座

11月6日(水)  
午後3時15分～4時45分  
リオンホール  
(cocobunji WEST5階)  
※当日直接会場へ

認知症の正しい知識を持ち、認知症の方や家族を温かく見守る応援者(サポーター)になりませんか。  
対市内在住・在勤・在活の方  
¥無料

→健康推進課☎(042)321-1801

継続的な体力作りや自分に合った趣味を見つけませんか

生きがいセンターとくら自主事業

## エンジョイ ライフ スタディ講座 後期受講生を募集

日10月～令和2年3月 場生きがいセンターとくら  
対市内在住の60歳以上の方優先 ¥400円/回※教材費別  
申10月16日(水)から電話または直接福祉センター☎(042)324-4681へ※多数の場合抽選

プログラム

講座名	実施曜日	時間	定員
絵手紙教室	火曜日	午前9時30分～11時30分	各15人
朗読の森		午後1時30分～3時30分	
マジック			
ハーモニカ			
たのしい朗読	水曜日	午前10時～正午	20人
いきいき・元気・体操		午後1時30分～3時30分	
さき織りを楽しむ		15人	
気軽に3B体操	金曜日	午前9時30分～11時30分	20人
筆ペンに親しむ		午前10時～正午	
ビクターさんの英会話	土曜日		午後1時30分～3時30分
楽しいハングル			
楽しむ書道			
基礎からの水彩画	日曜日	午前9時30分～11時30分	各15人
デッサン		午後1時30分～3時30分	

→健康推進課☎(042)321-1801