

○予防接種

| 事業名 | とき | 対象者 | 接種方法 | 接種場所 |
|---------------------------------|-------|---|-------------------------------|--|
| 妊娠希望の方 風しん予防接種 要予約 | 3月末まで | 妊娠を予定または希望している女性とその夫で風しんの罹患歴がなく、風しん予防接種を受けたことがない方 | 医療機関にご予約の上、お出かけください。 費用：無料 | 杉山医院・N.キッズレディースクリニック・とよ山内科クリニック・わかばファミリークリニックおよび北名古屋市、清須市の指定医療機関 |

○成人の健康

| 事業名 | とき | 内容 |
|---------------------------------|--------------------------|------------------------------|
| 健康づくり相談 成人健康相談 要予約 | 3月27日(水) 午後1時～午後2時30分 | 保健師による健康相談 対象者：住民の方 |
| ところの健康相談 要予約 | 3月15日(金) 午前10時～正午 | 臨床心理士によるところの健康相談 対象者：住民の方 |

○高齢者の健康

| 事業名 | とき | 対象 | ところ |
|----------------------|--|---------------------|--------------|
| 健康ほっとサロン 予約不要 | 3月5日(火)、19日(火) 午後2時～午後3時 | 60歳以上の方 | 総合福祉センターひまわり |
| 元気はつらつサロン 予約不要 | 3月6日(水)、13日(水)、20日(水) 午後1時30分～午後2時30分 | 60歳以上の方 | 総合福祉センターしいの木 |
| うたごえクラブ 予約不要 | 3月14日(木) 午前10時～午前11時 | 60歳以上の方 | 総合福祉センターざんか |
| オレンジカフェ しいの木 予約不要 | 3月25日(月) 午後1時30分～午後3時 | 認知症の方やその家族、その他の住民の方 | 総合福祉センターしいの木 |
| まちかど健康長寿教室 予約不要 | 3月12日(火) 午後1時30分～午後3時30分 | 65歳以上の方 | 新栄学習等供用施設 |

包括支援センターだより

いきいきライフ応援会 開催 ～町の情報を知って健康長寿を目指しましょう～

65歳以上の方を対象に、「いきいきライフ応援会」を開催します。本会では、生活支援に関する町のサービスの説明や、活動の場の紹介などを行い、年齢を重ねても生き生きとした毎日を送れるように応援します。ぜひご参加ください。

▶とき

3月15日(金)
午後2時～午後3時30分(受付：午後1時45分～)

▶ところ

社会教育センター2階 研修室1・2

▶対象者

65歳以上の町民

▶内容

- 名古屋大学健康長寿シリーズ体験会
認知症予防運動(コグニサイズ)の体験や、簡易な体力測定を行います。
- 生活に役立つ情報提供

「いきいきライフ応援団」が、介護保険制度の仕組みと手続き、サロンやボランティアの情報、シルバー人材センターへの入会方法などについて説明します。

▶服装・持ち物

動きやすい服装でお越しください。飲み物は適宜お持ちください。

▶申込方法

3月8日(金)までに電話でお申し込みください。当日参加も可能です。

▶いきいきライフ応援団とは

社会福祉協議会、シルバー人材センター、町(高齢者・介護係、地域包括支援センター)により構成され、生活に役立つ情報提供を行う応援団です。

▶問合せ・申込み

地域包括支援センター ☎28・0932

「名古屋大学健康長寿シリーズ」の放送継続

町は名古屋大学と連携協定を結び、健康づくりに関する取組を実施しています。取組の一環として、平成30年11月から4か月間、ケーブルテレビ「とよまチャンネル」で「名古屋大学健康長寿シリーズ」を放映してきました。この番組を、3月以降も継続して放送することとなりました。ご自身の健康づくりのため、ぜひご覧ください。

