

10月からの

通所型短期集中サービス参加者募集

☎・☒ 長寿介護課 Tel.0299-91-1701

通所型短期集中サービスとは？

転倒予防や健康に関すること(栄養・^{こうくう}口腔ケア・認知症予防など)を学び、リハビリの専門職のアドバイスのもと、参加者全員で楽しみながら体操を行ないます。

関節に痛みのある方や持病をお持ちの方でもその方に合った体操を行ないます。

以下の3項目以上に該当する方におススメです！

- 普段、手すりを使ったり壁をつたいながら階段を昇る
- 普段椅子に座った状態から立ち上がる際、何かにつかまりながら立ち上がる
- 普段の生活の中で、15分位続けて歩くことがない
- この1年間に転んだことがある
- 転倒に対する不安が強い

教室名(会場)	担当地域	日時(全10回)
はつらつ健康教室(保健・福祉会館)	第1圏域 主に溝口より北・西の地域	10月12日～12月21日 毎週木曜日 午前10時～11時30分
済生会イキイキ教室(若松公民館)	第2圏域 主に知手・東和田～太田・須田	10月10日～12月19日(12月12日を 除く)毎週火曜 午後2時～3時30分
こもれび倶楽部(矢田部公民館・はさき福祉センター)	第3圏域 主に矢田部より南	10月13日～12月22日 毎週金曜日 午後2時～3時30分

対象＝市内在住の65歳以上の方

※要支援と認定された方も参加できます(通所サービス利用者を除く)

会場＝住所により異なります。申し込み手続き時などにご案内します

持ち物＝動きやすい服装、運動靴、タオル、飲み物、筆記用具、眼鏡など

費用＝100円(乗り合いタクシー利用者は別途100円)

定員＝10人(初めての方優先)

申込方法＝電話または問合先窓口で申し込み

申込期限＝9月29日(金)

※参加の可否については、別途基準があります

※申し込み手続きにはお時間をいただきます。詳しくは、お問い合わせください

要事前申請

人間ドック・総合ドック(脳ドック+人間ドック)費用の一部を助成

☎・☒ 健康増進課 Tel.0299-90-1331
国保年金課 Tel.0299-90-1143

9月末までが申請期間となりますので、ご希望の方はお早めにお申し込みください。



助成額 人間ドック 20,000円
総合ドック 40,000円

対象＝次のすべてを満たす方

- 引き続き市内に1年以上住んでいる
- 40歳以上で市国民健康保険または後期高齢者医療保険に加入している
- 世帯全員が市税・市国民健康保険税・後期高齢者医療保険料を完納している
- 総合ドック助成は、脳疾患治療中ではなく、2021・2022年度にこの助成を受けていない
- 2023年度に市の住民健診や総合健診を受けていない(予定を含む)

申請期限＝9月29日(金)

申請方法＝申請書に必要事項を記入し、保険証を持参して直接申請先へ

※申請書は申請先・市ホームページから入手可能

申請先

健康増進課(国民健康保険加入者のみ)
国保年金課(後期高齢者医療保険加入者のみ)
市民生活課・はさき保健福祉センター(どちらでも申請できます)

9月は茨城県認知症を知る月間です



☎・☒ 長寿介護課 Tel.0299-91-1701

高齢化の進展に伴い、今後認知症高齢者が急激に増加することが予測されています。県では、認知症の早期発見や予防の取り組みを推進するとともに、認知症に対する正しい理解のための啓発普及を図り、認知症の人とその家族を地域で支え合う環境づくりを推進するため、9月を「認知症を知る月間」と定めています。

結ぶ

オレンジカフェかみす開催

■ オレンジカフェとは？

認知症の人やその家族、支援者などが集まり、気軽に交流を楽しんだり意見交換をしたりする場です。必要な場合は個別相談も受け付けます。

日時＝9月19日(火)

午後1時30分～3時30分

場所＝保健・福祉会館

定員＝15人(予約先着順)

認知症サポーターになろう！

■ 認知症サポーターとは？

認知症サポーターは何か特別なことをする人ではありません。認知症について正しく理解し、偏見を持たず、認知症の人や家族を温かい目で見守る「応援者」です。現在、市には約8,500人のサポーターがいます。

認知症サポーターの講座を希望される場合は、10人以上のグループ(地域・職場・学校など)でお申し込みください。受講者には認知症サポーターの証である認知症サポーターカードをお渡ししています。

知る

認知症講演会・VR体験会開催

認知症がある方たちの世界を体験するVR体験や市の認知症施策に係る事業説明のほか、鹿島病院認知症疾患医療センターによる研修、筑波大学附属病院認知症疾患医療センターの新井哲明氏による「認知症と食事(未定)」に関する講演などを予定しています。

日時＝9月30日(土) 午後2時～4時30分

場所＝保健・福祉会館

定員＝30人

申込締切＝9月21日(木)

※定員になり次第締め切ります

つなぐ

オレンジかみす

ラン とちプラス
☎ RUN伴+かみす2023
実行委員会
Tel.090-1455-6123

9月21日の「アルツハイマーデー」に合わせて、認知症啓発イベントを実施します。
詳しくは、市ホームページをご覧ください。

認知症施策

市では、認知症施策として以下の事業を行なっています。詳しくは、市ホームページをご覧ください。

- 徘徊高齢者等支援事業
- 初期集中支援チーム
- 徘徊探知機(GPS)
- 認知症ケアパス
- SOSネットワーク
- 認知症簡易チェック
- ココよんでQR
- 認知症高齢者やすらぎ支援事業
- 徘徊模擬訓練
- 成年後見制度