



シニア向け 情報

後期高齢者医療制度の加入者の方へ 人間ドック・健康診査の お知らせ

今年度も後期高齢者の人間ドックを実施します。身体の各部位の精密検査を受けて、普段気が付きにくい疾患や臓器の異常や健康などをチェックしましょう。
また、後期高齢者健康診査を実施します。生活習慣病とその

予備群を早期に発見し、状態が軽いうちに早めに予防につなげることで重症化を防ぐことを目的としています。なお、生活習慣病で治療を受けている方も対象になります。

お手元に「受診券」などが届いたら内容を確認して、人間ドック・個別健診・集団健診いずれか一つのみを受診することができますので申し込みましょう。

「特にどこも悪くない」「面倒くさい」と思っている方もちよつと考えて…。病気の中には身体に痛みが出ないものもあります。健診であなたの身体の元気をチェックしましょう。

問合せ先 役場 保険医療課

内線171

はつらつ体操教室

高齢期はささいなことがきっかけで体調を崩していくことがあります。「自分はまだまだ元気だから大丈夫」と思われるかもしれませんが、いつまでも生き生きとした元気な体を作っていくためにも心身の衰えを予防することは大切です。

町では、6月から3月まで10

回にわたり、運動機能等を向上するための介護予防教室を開催します。

皆さんと一緒に楽しく体を動かしましょう。

とき 6月17日 7月22日

8月19日 9月30日 10月21日

11月18日 12月16日 平成26年

1月20日 2月17日 3月17日

(全月曜日)午前10時～11時30分

受付時間 午前9時50分～10時

ところ 保健センター健康館すこやかおおはる

対象 65歳以上の方

内容 軽い運動、ストレッチ、健康のための講話など

講師 健康づくりリーダー、管理栄養士、保健師、歯科衛生士

申込期間 5月1日(水)～6月

7日(金)※定員になり次第締め切ります。

参加費 無料

定員 30名

持ち物 飲み物、筆記用具、動きやすい服装でお越しください。

申込・問合せ先 役場 民生課

内線115

地域包括支援センター

高齢者が住み慣れた地域で、

いつまでも健やかに自分らしい生活を送ることができるよう、センターの社会福祉士、主任ケアマネジャー、保健師等が中心となつて高齢者の方の状態に応じ、さまざまなサービスについて必要な援助・支援を包括的に行います。

サービス内容

- ・高齢者の方が自立した日常生活が継続できるよう、要支援者を対象とした予防給付および虚弱な高齢者を対象とした介護予防事業のケアプランの作成をします。
- ・高齢者やその家族、近隣に暮らす方々の介護に関する相談や心配ごとなど、総合的な相談をお受けします。
- ・高齢者の方が安心して生き生きと暮らすため、虐待の早期発見に対応するなど、さまざまな権利を守るための支援を行います。

- ・高齢者の方の心身の状態に合わせ、必要なサービスが提供されるようにケアマネジャーへの指導・助言や関係機関との連絡調整を行います。

利用料 原則として無料
問合せ先 地域包括支援センター

☎(442)0857