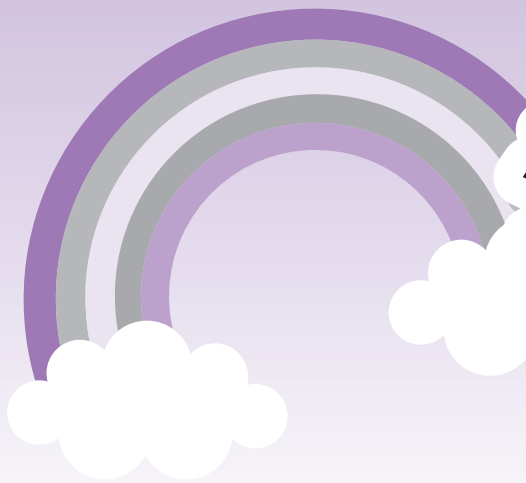




シニア向け 情報

独り暮らし高齢者 実態調査

町では、独り暮らし高齢者の見守りなど日頃の支援活動に役立てるために民生委員による「独り暮らし高齢者の実態調査」を実施します。

対象 独りで生活している65歳以上の高齢者の方（6月1日現在）

実施方法 対象となる方へは民生委員が訪問調査を行います。なお、新型コロナウイルス感染拡大の状況によっては、中止または延期させていただきます。
※現在対象となっている方は、以前の聞き取り内容に変更がないか訪問調査します。

調査内容 見守り希望の有無などを調査します。

※今年度新たに対象となる65歳から69歳の方は、事前に見守りの有無を確認させていただきましますので、見守りを希望する方は、申し出ください。

また、住民登録上世帯を分離していても同じ敷地内に別棟を建てるなど親族が暮らししている場合は、見守りの対象とはしませんが、見守りを希望

する場合は申し出ください。

問合せ先 役場 民生課

内線158

にじじいDAY

午後の空いた時間、昔話に花を咲かせたり、頭や身体を動かして、リフレッシュ。地域の方々の元気を応援します。参加された方にはスタンプカードをプレゼント。スタンプを集めると素敵な贈り物があります。新型コロナウイルス感染症対策のため、来館時にはマスクの着用および館内入口にて手指消毒にご協力ください。なお、新型コロナウイルス感染症防止策を講じて開催しますが、感染拡大の恐れがある場合は中止することがありますのでご了承ください。

とき 6月11日（土）

午後2時～3時

ところ 愛の家グループホーム

おおはる（北間島宮西28）

参加費 無料（予約不要）

問合せ先 愛の家グループホーム

おおはる ☎（449）6013

四季彩カフェ

認知症の方やその家族、認知症に関心のある方が、認知症に関する情報を交換し、理解を深め合う場が「四季の里」で開かれます。

カフェのように落ち着いた空間で話ができ、出入りも自由です。専門のスタッフがいますので気軽に相談できます。電話での参加予約が必要となりますので、参加を希望される方は、問合せ先の四季の里へご連絡ください。

また介助が必要な場合は、職員が対応しますので、安心してご利用ください。

新型コロナウイルス感染症対策のため、来館時にはマスクの着用および館内入口にて手指消毒にご協力ください。なお、新型コロナウイルス感染症防止策を講じて開催しますが、感染拡大の恐れがある場合は中止することがありますのでご了承ください。

とき 6月18日（土）

午前10時～11時

ところ 介護老人保健施設 四季の里（西條柳原37の1）

内容 認知症の予防や治療方法等、ゲームや体操をしながらさまざまなご相談、ご相談をしていただきます。

参加費 無料

問合せ先 四季の里

☎(441)5122

地域包括支援センター

☎(442)0857

シルバー人材センター からのお知らせ

●新規入会説明会

とき 6月8・22日(水)

午前10時から1時間程度

ところ 総合福祉センター 高齢

者生きがい活動センター内

2階 会議室

対象 健康で働く意欲のある60

歳以上で町内在住の方

●草取り・草刈りについて

庭や空地の草が伸びてきてお

りシルバーでは除草作業も行っ

ています。注文が混みあってい

ますのでご希望の方は、お早め

にご注文ください。

お電話お待ちしております。

申込・問合せ先 シルバー人材

センター ☎(443)1680

Happy茶Ron Happy筋肉づくり

「歩くのが遅くなった」「ペットボトルの蓋が開けにくくなった」なんて感じたことはありませんか。

茶Ronで楽しく筋力アップしましょう。

とき 6月8日(水)

午後2時から40分程度

ところ 老人福祉センター 和室

対象 65歳以上の方または老人

クラブ会員

内容 日常生活の中で「楽しく」

できる運動を行います。

講師 機能訓練指導員(柔道整

復師)

参加費 無料

定員 10名程度(オンライン参

加者除く)

申込期間 随時受付

※ただし、定員になり次第締め

切ります。

※オンラインでの参加をご希望

される方には、申し込みの際

に当日の参加用ID、パス

ワードをお知らせします。

申込・問合せ先 老人福祉セン

ター ☎(443)0553

認知症予防実践プログラム 「Happy脳づくり教室」

脳は幾つになっても新しく変化できる

認知症予防には、あなたの「認知症にならないぞ!」という決意と運動・人の輪に参加すること・好奇心・食べる・おしゃべり・笑い・感謝の心を持ち続けることが大切だと言われます。

認知症予防実践プログラムには、全ての要素が含まれています。

とき・ところ 7月4日・8月

1日・9月5日・10月3日・11

月7日・12月5日・令和5年2

月6日・3月6日(全月曜)

午前9時30分～11時30分

老人福祉センター 和室

午後1時30分～3時30分

総合福祉センター 研修室

対象 65歳以上の方または老人

クラブ会員

内容

・体を使ういろいろな運動と、

頭(口)を使う多様な遊びを楽しく行います。

・日常生活の中で、手、口、足をよく使う習慣を身につけて脳を活性化し、認知症の原因物

質の蓄積を抑えます。

講師 NPO法人健康な脳づく

り

参加費 無料

定員 午前・午後各16名程度

申込期間 6月1日(水)～22日

(水)

※ただし、定員になり次第締め切ります。

申込・問合せ先 老人福祉セン

ター ☎(443)0553

6月の公民館ロビー展示

パネル展示

〈写真展〉 6月1日(水)～15日(水)

●写真同好会

〈きり絵展〉 16日(木)～30日(木)

●きり絵ゆうゆう

※日程は都合により変更する場合がありますのでご了承ください。
※ロビー展示を観覧される方は、事務室受付窓口へ申し出が必要です。

シニアいきいき講座

シニア世代を対象に、自宅から町の中に出て自身の教養を広げ、深めるだけでなく、仲間づくりをしながら、生きがいや健康づくりのきっかけにさせていただくことを主旨とする講座です。

●本年度の予定

ところ 公民館

対象 町内在住・在勤の
60歳以上の方

定員 20名

受講料 3,000円

申込期間 6月14日(火)
午前10時～

※月曜・祝日の翌日は除く

※定員になり次第締め切り

申込・問合せ先

公民館内 社会教育課

☎(443)2671

	と き	テーマ	講 師
第1回	7月12日(火) 10:00～11:30	オリエンテーション つながりのダイバーシティ (多様性)を創る	中京大学 現代社会学部教授 小木曾 洋司 氏
第2回	7月27日(水) 10:00～11:30	食文化とともに考える あいちの食材のうまさと健康	消費生活アドバイザー 藤森 正宏 氏
第3回	8月9日(火) 13:30～15:30	昭和歌謡をレコードで聴く	金沢 輝美 氏
第4回	8月24日(水) 10:00～11:30	太極拳で体をほぐす	楊名時太極拳師範 森 和子 氏
第5回	9月14日(水) 10:00～11:30	古典『太平記』の世界を楽しむ ①	南山大学 人文学部日本文化学科 准教授 森田 貴之 氏
第6回	9月28日(水) 10:00～11:30	古典『太平記』の世界を楽しむ ②	
第7回	10月12日(水) 10:00～11:30	大治町の地下はどうなっているか？	愛知県環境審議会 地質部門長 森 勇一 氏
第8回	10月26日(水) 10:00～11:20	飛行機の話～飛行機はなぜ飛べるか？～	加藤 真吾 氏
第9回	11月9日(水) 10:00～11:30	家計不安と向き合う	中日新聞 生活部記者 河郷 文史 氏
第10回	11月23日(水) 10:00～11:00	アルバムをつくろう	(受講生で活動します)

歯の健康講座

海部歯科医師会

8020(ハチマルニイマル)運動について

「8020運動」とは、厚生労働省と日本歯科医師会が推進している「80歳になっても20本以上自分の歯を保つ」という運動です。

20本以上の歯があれば、食生活にほぼ満足することができると言われています。そのため「生涯、自分の歯で食べる楽しみを味わえるように」との願いを込めて、平成元年にこの運動が始まりました。運動開始当初、8020達成率は7%程度(平均残存歯数4～5本)でしたが、平成28年の歯科疾患実態調査では50%を超えました。

8020達成者は非達成者よりも生活の質(QOL)を良好に保ち、社会活動意欲があるとの調査結果や、残っている歯の本数が多いほど寿命が長いという調査結果もあります。

8020達成のためにはきちんと歯を磨くことが大切です。歯と歯の間や歯と歯ぐきの境目に汚れが残しやすいので、正しい歯磨きの方法、歯間清掃具(歯間ブラシやデンタルフロス等)の使用方法をかかりつけの歯科医院で教わって下さい。

いつまでもおいしく食べ続け、健康寿命を延ばすためには「かかりつけ歯科医」を持ち、定期的に健診を受け、歯を失う原因となるむし歯や歯周病を早期発見・早期治療して、口腔の健康を保つことが大切です。