

シニア向け 情報

内容 日常生活の中で「楽しく」できる運動を行う

講師 機能訓練指導員(柔道整復師)

参加費 無料(予約不要)

持ち物 タオル・飲み物・運動できる服装

②はさみとレンチン！パパッと男めし

包丁も火も使わず「キッチンばさみ」と「電子レンジ」で作る料理教室を開催します。

栄養バランスのとれた食事を作ってみるなど楽しく食べましょう。料理の経験がない方も安心して参加できます。

とき 3月27日(水)午前10時～12時

ところ ハツ屋防災コミュニティセンター2階調理実習室

対象 65歳以上の男性の方

内容 栄養のお話、調理

献立

- ・豆ご飯とお味噌汁
- ・鯖と桜の昆布むし
- ・筍とわかめの炊き合わせ
- ・菜の花のおひたし

講師 管理栄養士

定員 12名

参加費(材料費) 700円

※当日集金します

持ち物 筆記用具、タオル

申込期間 3月1日(金)～21日(木)

申込・問合せ先

役場 長寿支援課

内線 146・187

社会福祉法人等 利用者負担軽減申請

低所得者の要介護(要支援)者が、社会福祉法人等が経営する特別養護老人ホーム等の介護サービスを利用したとき、介護費や食費・居住費(滞在費)について負担を軽減する制度があります。

※全ての社会福祉法人等で軽減を行っているとは限りませんので、申請前に入所されている施設へ確認してください。

対象 次の①または②に該当する方

- ① 次の全てに該当する方
 - ・住民税非課税世帯かつ年間収入が150万円以下(世帯員がいる場合は1人ごとに50万円を加算)
 - ・預貯金等が350万円以下(世帯員がいる場合は一人ごと

とに100万円を加算)

・日常生活に供する資産以外に資産がない

・負担能力のある親族等に扶養されていない

・介護保険料を滞納していない

申請に必要なもの

- ① 社会福祉法人等利用者軽減対象確認申請書
- ② 収入等申告書
- ③ 委任状(代理申請の場合)
- ④ 介護保険被保険者証
- ⑤ 個人番号カードまたは通知カード
- ⑥ 申請者の本人確認書類(顔写真付でなければ2点)
- ⑦ 預貯金通帳等

①②③については、役場長寿支援課でお渡しします。

問合せ先 役場 長寿支援課
内線 158・187

シルバー人材センター からのお知らせ

●カート整理等作業会員募集
スーパールのカート整理等作業ができる60歳以上の方を募集しています。

Happy茶Ron

① Happy 筋肉づくり

「歩くのが遅くなった」「ベットボトルの蓋が開けにくくなった」なんて感じたことありませんか。茶Ronで楽しく筋力アップしましょう。

とき 3月13日(水)午後2時～

3時

ところ 多世代交流センター

多目的室

対象 65歳以上の方

●剪定作業会員、除草・草刈作業会員募集

庭木の剪定作業、除草・草刈作業ができる60歳以上の方を募集しています。

●女性会員募集

各施設の清掃作業・内職作業ができる60歳以上の方を募集しています。

●お仕事説明会

とき 3月13・27日(水)
午前10時から1時間程度

ところ 総合福祉センター内

高齢者生きがい活動センター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

申込・問合せ先 シルバー人材センター ☎(443)1680

認知症カフェのご案内

認知症カフェとは

認知症の方やその家族、地域住民、介護や福祉などの専門家など誰でも、気軽に集える場所です。

地域の方ならどなたでも参加できますので、お気軽にご参加ください。

①はるちゃんカフェ

認知症の方やその家族、地域の方々、関係者が集まってお話をしたり、悩みを打ち明ける場です。

とき 3月14日(木)午後1時30分～3時30分

ところ 総合福祉センター1階会議室

内容

・セミナー「おむつのあれこれ」
・イベント「簡単な楽しい体操」

参加費 無料(予約不要)

問合せ先

愛の家グループホーム大治北間島

☎(526)3620

地域包括支援センター

☎(442)0857

②四季彩カフェ

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、気軽に相談できます。電話での参加予約が必要ですので参加を希望する方は、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。

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り口での手指消毒にご協力ください。なお、やむを得ず中止する場合がございますのでご了承ください。

とき 3月16日(土)午前10時～11時

ところ 介護老人保健施設「四季の里」

内容 予約の際にお尋ねください

参加費 無料

問合せ先

四季の里

☎(441)5122

在宅介護支援センター(安藤医院内)

☎(441)5155

地域包括支援センター

☎(442)0857

にじにじDAY

町では、高齢者の交流の場、および地域の皆さんの認知症への理解を深めていただく場でもある「通いの場」の充実に努めています。

「にじにじDAY」は、地域の方ならどなたでも参加可能です。

午後の空いた時間、昔話に花を咲かせ、頭や身体を動かして、リフレッシュしませんか。

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。なお、会場では新型コロナウイルス感染症対策を実施しております。

とき 3月9日(土)午後2時～3時

ところ 愛の家グループホーム

大治北間島

参加費 無料(予約不要)

問合せ先 愛の家グループホーム

大治北間島 ☎(526)3620

