

文字が大きい!



☎ 包括ケア推進課 ☎ 34-3288

## 🍃 今月の📺より情報

### 脳の健康度テストを実施します

▶スクリーンの映像を見ながら、認知症に関する脳の5つの機能をテストします。

#### 【脳の健康度テスト】

とき／7月6日(金) 午前10時～11時30分

ところ／保健福祉センターはなみずき 研修室(3階)

内容／▷講話「認知症とその予防について」(約15分)

▷脳の健康度テスト(約45分)

定員／65歳～84歳の市民30人(申込順)

※定員を超えた場合は、次回の日程をご案内します。

参加費／無料 持ち物／眼鏡(必要な人)

申し込み／7月5日(木)までに、電話で包括ケア推進課へ

※なるべく公共交通機関などをご利用ください。

#### 【結果説明会】

とき／7月20日(金) 午前10時～11時

ところ／保健福祉センターはなみずき 運動室(3階)

内容／テスト結果の説明と認知症予防の講話

持ち物／スリッパ

※説明会に参加できない人は事前にご相談ください。

### 【高齢者相談】☎・ところ／各高齢者あんしんセンター(地域包括支援センター)

| とき                         | 月～金曜日 | 8:30～17:00       |
|----------------------------|-------|------------------|
| 高齢者あんしんセンター 第一・北 ☎ 33-0882 |       | 老人保健施設「アポロン」内    |
| 高齢者あんしんセンター第二 ☎ 34-3240    |       | 保健福祉センター「はなみずき」内 |
| 高齢者あんしんセンター 六合 ☎ 32-9699   |       | 六合公民館「ロクティ」内     |
| 高齢者あんしんセンター 初倉 ☎ 30-0617   |       | 初倉地域総合センター「くらら」内 |
| 高齢者あんしんセンター 金谷 ☎ 45-5610   |       | 金谷北地域交流センター内     |
| 高齢者あんしんセンター 川根 ☎ 58-0321   |       | 市役所川根支所内         |

【7月の高齢者ふれあい事業】☎包括ケア推進課・ところ／はなみずき内「ふれあいセンター」(2階)

#### 教室名／開催日／時間

みんなで楽しく歌いませんか

2日(月)／午前10時～11時30分

みんなで折り紙を作りましょう

3日(火)／午前10時～正午

大正琴を楽しみましょう

3日(火)・17日(火)／午後1時～3時30分

ビーズ細工で楽しむおしゃれ ★

5日(木)・18日(水)／午前10時～午後3時

手芸の日、何を作るかお楽しみ ◆

6日(金)・13日(金)・20日(金)・25日(水)・27日(金)  
午前10時～午後3時

絵手紙を書こう

11日(水)／午前10時～正午

楽しく遊んで若返り

12日(木)／午前10時～11時30分

楽しい食生活 ◎

17日(火)／午前10時～正午

美しい詩歌を吟じて健康づくり

17日(火)／午前10時～正午

ペタンクを楽しみましょう

19日(木)／午前9時30分～正午

健康は足の裏から

26日(木)／午後1時30分～3時

◆ 必要なものを持参 ◎ 要予約 ★ 新規要申込

## ハツラツのヒケツ



— 高木昭次さん —  
(大津通)

パワーリハビリ教室  
で、仲間と笑顔で練習  
することです。