

地域密着型サービス 事業者公募のお知らせ



2月下旬から下記サービス事業所の整備を行う法人を公募する予定です。詳細はホームページをご確認ください。

- ・定期巡回・随時対応型訪問介護看護
- ・看護小規模多機能型居宅介護
- ・認知症対応型共同生活介護

問 介護長寿課 ☎内線4154

元気はつつシニア塾 参加者募集！



シニア世代が長く健康でいきいきと過ごすために必要なさまざまな知識を学べる講座を毎月開催します。3月は「フレイル予防で健康長寿」をテーマに、理学療法士の岡本慎哉氏をお招きします。ぜひご参加ください。

- ▶日時 3/13(金) 10:00～12:00
- ▶場所 中央公民館2階 多目的室
- ▶対象 市内在住の65歳以上
- ▶定員 30人程度
- ▶参加費 無料
- ▶持ち物 筆記用具・バスタオル(動きやすい服装でお越し下さい)
- ▶申込期間 3/11(水)まで

問 介護長寿課 ☎内線4135

あなたの抱えている生活の不安や 心配ごとをご相談ください

●生活困窮者自立支援制度について

失業などで経済的に困窮している方に対し、一人ひとりの状況に応じたサポートを行い、自立した生活を支援する制度です。生活に困っている方は、経済的な問題だけでなく、健康や家庭の問題などさまざまな悩みを抱えていることがあります。これらの悩みを受け止め、課題を整理し、改善に向けた支援を行います。お気軽にご相談ください。

問 福祉総務課 ☎893-4480



健康増進課より教室の お知らせ



【フィットネス教室】

- ▶日時 3/4(水) 10:00～11:00
3/27(金) 14:00～15:00
- ※当日は、問診・血圧測定等を行いますので15分前までにお越しください。
- ▶対象 市内在住で運動制限のない方
- ▶場所 保健相談センター 2階ホール
- ▶定員 15人(先着順)
- ▶内容 健康講話、お家で出来る筋力トレーニング、ストレッチ、美らがんじゅう体操
- ▶持ち物 動きやすい服装、室内シューズ、飲み物
- ▶要予約 開催日1週間前から前日17:00まで予約受付

問 保健相談センター ☎898-5597

健康づくり推進員からの お知らせ



【ウォーキングday+(ぶらす)】

- ▶日時 3/5(木) 9:30～
- ▶集合場所 市立体育館入口向かい東屋(雨天時:市立体育館)
- ▶対象 市内在住で運動制限のない方
- ▶内容 ストレッチ、美らがんじゅう体操、1時間程度のウォーキング
- ▶持ち物 帽子、日傘、飲み物
(雨天時:室内シューズ)

【ウォーキングday】

- ▶日時 3月 毎週月曜日 9:00～
- ▶場所 いこいの市民パーク 管理事務所近く 東屋
- ▶持ち物 帽子、日傘、飲み物



【ディスコステップ～懐かしいディスコ サウンドで楽しくリフレッシュ！～】

- ▶日時 3/9(月) 14:00～15:00
- ▶場所 保健相談センター 2階ホール
- ▶持ち物 室内シューズ、飲み物

※予約不要

問 保健相談センター ☎898-5597

健康・福祉



骨髄等移植ドナー 助成のご案内



骨髄移植は、血液疾患に対する有効な治療法です。本市では骨髄・末梢血幹細胞移植の推進を図るため、ドナーとなった市民に対し助成金を交付する事業を行っています。

▶補助対象

- ①提供時に市内在住
 - ②骨髄バンク事業において骨髄等の提供を完了し、これを証明する書類の交付を受けた方
- ※骨髄バンクを介さない血縁家族間での提供等、助成の対象とならない場合もあります。詳細はお問合せください。

- ▶補助額 1日につき2万円(上限7日間)
- ▶申込期限 骨髄等の提供完了後、90日以内

問 保健相談センター ☎898-5596

令和7年度 集団健診 【最終のお知らせ】



今年度、最後の集団健診となります。定員に達し次第、予約締切りとなります。

- ▶日時 3/21(土) 8:30～11:00
- ▶場所 保健相談センター

オンライン予約
こちらから▶



特定健診は3月末、がん検診、人間ドックは2月末までとなっております。※医療機関でも受診は可能です。ご希望の方は医療機関へ直接予約をお願いします。

問 保健相談センター ☎898-5598



がじゃ丸