

日 日時 場 場所 対 対象 料 料金 申 申込み 問 問合せ
HP ホームページ 電 メール 電 電話 郵 郵送 図 はがき
往 往復はがき 窓 窓口 FAX ファックス

✓ 申込みや問合せの受付時間の記載のないものは、
開庁・開館時間

ID 0082327

在宅医療・介護のお話会

先着各20名

住み慣れた地域で心豊かに暮らすため、在宅
医療や介護について考えてみませんか。

場所	日時
フロイデ水戸メディカル プラザ	9/14(月) 14:00~15:30
新荘市民センター	9/17(木) 13:30~15:00
三の丸市民センター	9/24(木) 10:00~11:30

料 無料

申 各開催日の前日までに、☎で、水戸在宅ケアネッ
トワーク事務局へ

問 同事務局(☎228-6100)または地域支援センター(☎
232-9110)

ID 0104675

高齢者の無料歯科健診

口腔機能の低下や、それに伴う肺炎などを
予防するため、歯科健診(歯・口腔内の状態
検査など)を実施します。対象者には、8月下
旬に案内を送付しますので、内容をご確認く
ださい。

期間▶9月1日(火)~12月31日(木) ※歯科医
院の休診日を除く。

対象▶茨城県後期高齢者医療広域連合の被保
険者で、施設に入所しておらず、次のいず
れかに該当する方

- ①昭和25年4月1日~昭和26年3月31日生まれ
- ②昭和20年4月1日~昭和21年3月31日生まれ
- ③昭和15年4月1日~昭和16年3月31日生まれ

申込み▶案内に同封の実施歯科医院一覧表の
中から、希望の歯科医院に予約

問 茨城県後期高齢者医療広域連合(☎309-
1212)または国保年金課(☎232-9528)

いきいき シニア 情報館

ID 0088110

ドライバーサポート フィットネス

先着15名

運転に必要な体の使い方などを鍛える全5回
の教室です。

日 9/1・15・29、10/6・20(火) 13:30~14:30

場 いきいき交流センターふれしあ

対 市内に居住する65歳以上の方 料 2,500円

申 8/17(月)から、☎で、NPO法人ちいきの学校齋藤
方へ

問 同齋藤方(☎070-3875-3232)または地域支援セン
ター(☎297-5903)

シルバー人材センター

先着10名

清掃スタッフ講習・入会説明会

清掃スタッフの仕事を、座学・実技講習で学
びます。

内容	日時	会場
講習会	9/1(火)・2(水) 9:00~16:30(全2回)	県総合福祉会館
説明会	9/11(金) 13:30から	シルバー人材センター

対 同センターに入会し、就業できる方 料 無料

申 8/14(金)までに、☎で

問 シルバー人材センター(☎303-7272)

ID 0018642

元気アップ・ステップ運動体験会

有酸素運動を中心に、高齢者の健康づくりを
目的とした全4回の体験会です。

会場	開催日	時間
いきいき交流 センターあじさい	9/8・29、10/13・27(火)	13:30~ 15:00
赤塚市民センター	9/11・25、10/9・23(金)	

対 市内に居住する65歳以上の方 料 無料

申 8/12(水)~26(水)に、☎で

問 地域支援センター(☎297-5903)