

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 メール 電話 郵 郵送 図 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 0017310

認知機能セルフチェック

1人5分程度の認知機能のチェック(脳の元気度チェック)をしてみませんか。



場所	日時	定員
市役所1階	12/ 3(木) 10:00~16:00	先着 15名
	12/17(木) 10:00~16:00	
	R9.1/ 7(木) 10:00~16:00	
	R9.1/21(木) 10:00~16:00	
西部図書館	12/ 4(金) 13:15~16:00	先着 30名
柳河市民センター	R9.1/15(金) 13:15~16:00	

対 市内に居住する65歳以上の方
 料 無料
 申 各開催日の1週間前までに、☎で
 問 地域支援センター(☎297-5903)
 VR機器をとおして見える画像の一例⇒



ID 0003690

障害者に準ずる高齢者を 認定します

市県民税や所得税において障害者控除対象となる障害者に準ずる方を、介護保険の要介護認定状況などをもとに認定します。

対象▶介護保険の要介護認定を受けている65歳以上の方で、申告により税の控除を受けられる本人または親族
 ※要介護の状態によっては認定されない場合もあります。

申請に必要なもの▶介護保険証、本人の認印
 申込み▶高齢福祉課(窓)で

問 認定については高齢福祉課(☎232-9174)、
 障害者控除については市民税課(☎232-9138)

いきいき シニア 情報館

フレイル予防運動

先着20名

有酸素運動を行って、健康寿命をのばしましょう。

日 11/28(土) 13:30~15:00
 場 いきいき交流センターあかね荘
 対 市内に居住する60歳以上の方
 料 無料
 申 11/9(月)~21(土)までに、☎、窓で
 問 同センター(☎252-5868)

ID 0017311

口腔ケア講習会

先着50名

歯科医師会による講演です。オーラルフレイルについて学んでみませんか。お楽しみクイズもあります。

日 11/29(日) 10:00~12:00(受付は9:30から)
 場 千波市民センター
 対 市内に居住する65歳以上の方
 料 無料
 申 11/26(木)までに、☎で、地域支援センターへ
 問 地域支援センター(☎297-5903)

ID 0082327

在宅医療・介護のお話し会

先着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。

日 12/9(水) 10:00~11:30
 場 常磐市民センター 料 無料
 申 12/8(火)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)