

歯科健康診査およびお口と歯のはつらつ健診

- 時** 令和2年2月29日(土)まで
場 市内指定医療機関
内 歯や入れ歯などの診査、前歯部の歯面清掃などを無料で受けられます。
対 ▶ 歯科健康診査…市内在住の今年度20・25・30・35・40・45・50・55・60・65・70歳の人
 ▶ お口と歯のはつらつ健診…市内在住の今年度75・77歳の人
 ※対象者には4月に受診券を送付しています。
問 保健センター(☎23-8877)

現況届をお忘れなく

次の手当を受給している人は、現況届を提出してください。届出をしないと8月以降の手当が受けられません。
場 福祉総務課
 ※必要書類は対象者に送付される個別の通知書を参照してください。

◆愛知県在宅重度障害者手当
時 8月1日(休)～30日(金)
 ◆特別児童扶養手当・特別障害者手当・障害児福祉手当・経過的福祉手当
時 8月9日(金)～9月11日(水)
問 福祉総務課(☎62・1208)

認知症介護家族交流会

時 8月21日(水) 13時30分～15時30分
場 社会教育センター
内 介護負担の軽減、安定した在宅生活を送るための家族同士の情報交換や相談
対 認知症の人を介護している家族
問 100円
場 長寿課(☎62・1063)

精神保健福祉・ひきこもり家族教室

時 8月22日(木) 14時～16時
場 衣浦東部保健所
内 講話「親亡き後の生活保障を考える。」障害年金・生活保護の制度について知ろう

高橋知己氏(愛知県社会福祉士会生活相談支援ほっとセンター)
対 精神障害者やひきこもり状態にある人を抱える家族
定 30人
申 前日までに、電話(21・9337)で衣浦東部保健所健康支援課へ。

いきいきプラザ講座

◆いきいき太極拳講座
時 9月3日～12月10日の火曜日 13時30分～15時(全15回)
内 太極拳の基礎的動作の取得
時 9月6日～12月13日の金曜日 14時～16時(全15回)
時 9月25日・11月29日は9時開始

◆介護予防・シニア元気講座
時 9月6日～12月13日の金曜日 14時～16時(全15回)
時 9月25日・11月29日は9時開始
内 ストレッチ、マシントレニング、水中トレニング、屋外ウォーキングほか
持 上靴、タオル、水着、水泳帽子
場 一ツ木福祉センター
内 市内在住の60歳以上
定 各20人
申 申込多数の場合は未受講者を優先に抽選し、結果は全員に連絡します。
時 8月16日(金)17時までに、①講座名、②住所、③氏名

①講座名、②住所、③氏名

(フリガナ)、④年齢、⑤性別、⑥電話番号、⑦受講経験の有無を申込用紙またはハガキで一ツ木福祉センター(〒448・0003 一ツ木町4・40・3)へ。
問 一ツ木福祉センター(☎25・2021)

要約筆記を学ぼう 文字でコミュニケーション

◆無料体験コース
時 9月6日(金) 10時～12時
内 聴覚障害者の体験談を交え、話されている内容を文字として伝える要約筆記の紹介
時 ◆手書きコース(全8回)
時 9月6日～11月1日の金曜日 10時～12時(休10月4日)
内 手書きでの伝え方の基礎知識の習得と実習
場 高齢者福祉センター
内 市内在住、在勤または在学の人
定 各10人(先着順)
申 8月23日(金)(必着)までに、①講座名、②希望コース、③住所、④氏名、⑤連絡先、⑥勤務先・学校名をハガキ、FAX(24・3481)またはEメール(syuwa@city.kaiyuga.jp)で福祉総務課(〒448・8500 刈谷市役所)へ。
問 福祉総務課(☎62・1208)

集団運動教室 秋コース

運動は健やかな美の秘訣! 安全で正しい運動を始めよう。

教室	秋コース	冬コース	内容	定員
①たのしく筋トレ(全8回)	9月13日～11月1日の金曜日	1～3月頃開催予定	家庭でできる筋力アップの運動やバランスボール・ゴムチューブなど道具を用いた運動を体験します。	30人
②かんたんエアロ(全8回)	9月11日～10月30日の水曜日	開催なし	音楽に合わせて楽しく体を動かし、エアロビクスの基本ステップを体験します。	25人
③運動ではじめ教室(全6回)	11月6日～12月11日の水曜日		体を動かすことって楽しい! みんなで楽しく体を動かしましょう。運動初心者向けの教室です。	各30人
④癒しヨガ(全5回)	9月30日～11月11日の月曜日	1～2月頃開催予定	陰ヨガを通して、体と心を緩ませ、リラックス効果を体験します。	

※①②④はカンガールームで1歳以上の未就学児をお預かりします(定員あり)。

※冬コースには、カンガールームはありません。

【共通】

時 10時～11時30分 **場** 総合健康センター **対** 市内在住の人(妊婦の参加不可)

持 上靴、タオル、飲み物、運動着、④のみヨガマット(お持ちの人)

申 8月13日(火)までに、電話(23-8877)または直接、保健センターへ。

※申込多数の場合は初参加者を優先に抽選し、結果は全員に連絡します。 ※申込みは1教室のみ

※春コース当選者は、秋・冬コースには申込不可 ※詳しくは市HPをご覧ください。

健康・医療