

# 脳健康度チェック～知ることから始めよう！～

問 長寿課 (☎62-1063)

- 内** 自宅で、スマホやパソコンから、検査ツール「のうKNOW」を使って脳健康度をチェックします。記憶する、考える、判断するなどの項目から脳年齢や集中力、記憶力のスコアを15分程度で判定します。
- 対** 市内在住の昭和35年3月31日以前生まれの人 **定** 60人(先着順)
- 申** 2月5日(火)から25日(火)までに、QRで申込み。
- 他** 参加者には、のうKNOWのURLをメールで連絡します。



## すくすくパパ広場・育休。パパ広場で遊ぼう

- 時** 2月15日(土) 10時～16時
- 場** パパとの触れ合い遊びや雪だるま作りをします。
- 対** 就園前の子と父親
- すくすく・のびのび・わくわく広場の休み**
- 時** 2月11日(火)・24日(月)
- ◆育休。パパ広場**
- 時** 2月28日(金) 10時～16時
- 対** 就園前の子と父親
- おままごのおもちや大集合広場**
- 時間** 10時～13時30分
- 場** パパとママのリフレッシュエクスサイズ
- 時間** 14時～14時30分
- 内** 家でも手軽にできるストレッチや夫婦で行うほぐし合いを紹介します。
- 対** 1～4カ月の子の父母
- 定** 5組
- 申** ※申込多数の場合抽選
- 申** 2月21日(金)までに、QRで申込み。

- 場** 小山託児ルーム
- すくすく広場** (☎25・8427)
- ID** 1017780



## ベビー体操

- ◆中央子育て支援センター**
- 時** ①3月7日(金)・②21日(金)
- 講** ①日黒妙子氏・②堀部和歌子氏(日本3B体操協会指導士)
- ◆南部子育て支援センター**
- 時** 3月10日(月)
- 講** 堀部和歌子氏(日本3B体操協会指導士)
- ◆北部子育て支援センター**
- 時** 3月17日(月)
- 講** 堀部和歌子氏(日本3B体操協会指導士)
- 時** 10時～11時
- 内** 健康体操、マッサージ、触れ合い遊びほっか
- 対** 市内在住の令和6年10・11月生まれの子とのみ参加できる人
- 定** 20組
- 申** ※申込多数の場合抽選
- 持** ※全日程で参加は1回まで
- 持** バスタオル、動きやすい服装
- 申** 2月1日(土)から20日(休)までに、QR、電話または直接各子育て支援センター(☎日曜)へ。



## フレッシュママクラス

- 時** 3月12日(水) 10時～11時30分
- 場** 総合健康センター
- 内** 妊娠中の食事や口腔ケアくわうについての講話と抱っこ体験
- 講** 管理栄養士・歯科衛生士 初妊婦
- 定** 24人
- 申** ※申込多数の場合抽選
- 申** 2月12日(火)8時30分から18日(火)17時15分までに、LINEまたは電話(23・8877)で子育て支援課へ。
- ID** 1016632

## 福祉・介護

### 春休みレスパイト事業

- 場** 身体障害者デイサービスセンターたんぽぽ、くすのき園、つくし作業所
- 内** 春休み期間中、身体障害や知的障害のある子どもに日常生活訓練を提供するとともに、介護者が休養するための事業です。
- 利用日数** 5日以内
- 申** ※申込多数の場合、希望に沿えないことがあります。
- 対** 市内在住の①特別支援学校・学級の中学部や高等部に在籍する知的障害児・者、身体障害児・者、②特別支援学校小学部の第4～6学年または小学校の特別支援学級4～

6年生の重症心身障害児、重度重複障害児など  
※施設により対象者は異なります。

※身体障害者デイサービスセンターたんぽぽは医療的ケアが必要な人も利用できません(医師の指示書が必要です)。

1日57円、給食費などの実費

2月10日(月)までに、刈谷市地域生活支援事業受給者証(お持ちの人)を持参し、福祉総務課へ。  
※2月下旬に利用決定の連絡をします。

※送迎・入浴サービスはありません。

※各施設で担当者による面接や事前実習が必要になる場合があります。

福祉総務課 (☎62・1208)

### 認知症介護家族交流会

- 時** 2月19日(水) 13時30分～15時30分
- 場** 社会教育センター
- 内** 介護負担の軽減や安定した在宅生活を送るための薬剤師との座談会
- 対** 認知症の人を介護している家族
- 問** 長寿課 (☎62・1063)
- 料** 100円

## 健康・医療

### HPVワクチン接種期間の延長

HPV(ヒトパピローマウイルス)ワクチンの無料接種期間が、令和8年3月31日まで延長される方針です。接種完了には3回の接種が必要で、最短で4カ月かかります。接種希望者は、令和6年度中に1回でも多くの接種を検討してください。詳細は、決定次第市HPに掲載します。

次の全てに該当する女性  
▼平成9年4月2日～21年4月1日生まれ▼令和4年4月1日から7年3月31日までに1回以上接種した人で、3回の接種が完了していない人

子育て支援課 (☎23・8877)

### フレイルって何? ～運動と活動の重要性～

- 市民公開講座**
- 時** 3月3日(月) 13時30分～14時30分
- 場** 刈谷豊田総合病院診療棟5階第1・2会議室
- 講** 二井優斗氏(理学療法士)
- 定** 120人(当日先着順)
- 他** 後日、病院HP・LINEで講座の内容を動画で公開します。
- 問** 刈谷豊田総合病院 (☎25・8007)