



アドバイザーに1対1で相談できます

## 高齢者向け スマートフォン使い方相談会

問 高齢者支援課いきいき高齢者係

日程 5月22日（水）

会場 福祉センター第5集会室

対象 スマートフォンの使用について疑問や不安のある60歳以上の都民

※個人情報の取扱いを要する事項、通信キャリア等との契約内容、おすすめの機種や通信プランの相談等については対応できない場合あり

※お持ちのスマートフォンについて相談したい場合は、持参してください。（デモ機の用意あり）

申し込み

21日までに電話で高齢者支援課いきいき高齢者係へ



時間・定員（先着）

	時間	定員
1	10:00~10:30	各回4人
2	10:30~11:00	
3	11:00~11:30	
4	11:30~12:00	
5	12:00~12:30	各回3人
6	12:30~13:00	
7	13:00~13:30	
8	13:30~14:00	

## おいでください 地域サロン

問 高齢者支援課いきいき高齢者係



高齢者の方が気軽に立ち寄って、地域の交流を深める場や、仲間づくりの場として利用できる場所です。5月20日（月）から今寺第四第五自治会館に新たに開設します。

イベントも随時予定しています（下記参照）。

※最新のサロン開設予定日やイベントの情報は市ホームページをご覧ください。

日程・会場 下表参照

時間 午前10時～午後3時

対象 市内在住のおおむね60歳以上の方



## イベント（5月）

## ★富岡1丁目自治会館

日時 13日（月）

午前10時30分～11時30分

内容 紙芝居-愛染かつら（歌入り）-  
（市シルバーマイスター 山崎壽美枝氏）

## ★今寺第四第五自治会館

日時 20日（月）

午前10時30分～11時30分

内容 落語（市シルバーマイスター 藤井 隆氏）

会場	開催曜日
下長淵第二第四自治会館	第1・3火曜日
二俣尾4丁目自治会館	毎週水曜日
河辺6丁目自治会館	毎週木曜日
富岡1丁目自治会館	第2・4月曜日
今寺第四第五自治会館	第1・3月曜日

※祝日を除く

## がん患者のウィッグ等補整具の購入費等を助成



外見の変化を伴うがん治療を受けている方の療養生活の質の向上を図るため、ウィッグ等の購入費用の一部を助成します。

助成対象 次のすべてに該当する方

申請日時時点で市内に住民票がある方▷現にがん治療を受けている方または過去にがん治療を受けていた方▷がん治療による脱毛、乳房切除等に伴い補整具等を購入・賃借した方▷他の法令等に基づく同種の助成を受けていない方

助成対象経費

医療用ウィッグ（装着用ネット含む。）、毛付き帽子、人工乳房、補整下着、弾性着衣の購入・レンタルに要した経費

助成金額・回数 1回当たり上限2万円・2回まで

申請方法

申請書（市ホームページからダウンロード可）、領収書、受診を証する書類を直接または郵送で健康センターへ

## 寄りませんか「うめカフェ」



認知症疾患のあるご本人や家族、認知症に関心のある方が集い、日頃の悩みや、認知症の関連情報を共有する場です。参加者同士でのお話しや簡単な体操やレクリエーションを実施します。

日時 5月14日（火）

午後1時30分～3時

会場 市役所2階喫茶コーナー「カフェだんだん」

対象 認知症疾患のある方、そのご家族、認知症に関心のある方

費用 250円（飲み物代）

申し込み

13日までに電話または直接高齢者支援課包括支援係へ

## 健康・栄養相談

## 健康づくりをオーダーメイド

日時 5月23日（木）

午後2時～3時45分

会場 中央図書館多目的室

対象 市民

内容 健診結果や健康づくりで気になることを気軽に相談してみませんか。気持ちになるように一緒に考えていきます。

①保健師による健康相談や各種測定（血圧・体脂肪・体重等）

②管理栄養士による栄養相談

定員 ②のみ先着4人（予約制）

持ち物 ①②健診結果（お持ちの方）

②食事記録（2日間以上）

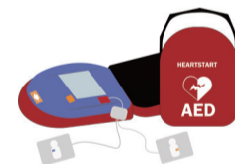
申し込み ①直接会場へ

②電話☎23-2191で健康センターへ



## 迅速な救命措置が大切な命を救います

## 普通救命講習会



日時 5月24日（金）

午後1時30分～4時30分

会場 健康センター3階

対象 市内在住者

内容 成人の心肺蘇生法、自動体外式除細動器（AED）操作法、気道異物除去法を実習

定員 先着15人（予約制）

費用 1,500円（テキスト代）

※受講後に支払い

服装 動きやすい服装

※スカート不可

持ち物 筆記用具

その他 講習修了者に救命技能認定証を後日交付。認定年月日3年以内の救命技能認定証を持参で200円割引。

申し込み

電話☎23-2191または専用フォーム（2次元コード）で健康センターへ