

はつらつ



吹田市民 はつらつ元気大作戦

市主催の介護予防教室・講座です。市内在住の65歳以上。
 高齢福祉室支援グループ(TEL6170・5860 FAX6368・7348)。



はつらつ元気大作戦
ホームページ

催し名	時・所	定員	申し込み
はつらつ体操教室 連時4月～6月。週1回75分。 午前＝10時30分～11時45分 午後＝2時～3時15分 内容 ・いきいき百歳体操 ・吹田はつらつ体操 ・介護予防、栄養改善、口腔機能向上、認知症予防のミニ講座 ・介護予防継続のこつ	4月3日(月)から 佐竹台市民ホール	12人	3月1日(水)～8日(水)に同グループへ。 ・多数抽選。 ・申し込みが4人以下の会場は中止。 ・申し込みは希望の1会場のみ。 ・初めて参加する人、通所型介護保険サービスを利用していない人が優先。 ・ファックスの場合は、◆と希望会場名、生年月日を書いてください。 ・新型コロナウイルス感染拡大防止のため、不織布マスクを着用して運動します。運動負荷が強くなるので、基礎疾患のある人は事前に主治医に相談してください。
	4月4日(火)から 内本町コミュニティセンター	8人	
	4月5日(水)から 吹田東地区公民館	10人	
	4月6日(木)から 千里新田地区公民館	8人	
	4月7日(金)から 吹田南地区公民館	10人	
	4月7日(金)から 千里丘市民センター	12人	

後期高齢者医療の健診 無料。被保険者証を持参してください。後期高齢者医療保険の加入者。

科目	内容	申し込み・問い合わせ
内科	身体測定、尿検査、血液検査など。対象者には大阪府後期高齢者医療広域連合から受診券を送っています。新たに75歳になる人には誕生月の翌月に送ります。	国民健康保険課 TEL6384・1239 FAX6368・7347
歯科	歯と歯ぐきの健診、口腔機能検査など。新たに75歳になる人は75歳の誕生日から受診できます。	直接、実施登録歯科医院へ。 成人保健課(出口町) TEL6339・1212 FAX6339・7075

くらしの情報

クーポン券の交付

(1) 通院困難者タクシー 通院にタクシーを利用する場合に、1回最大600円を助成します。市内在住の65歳以上で、要介護認定1以上の市民税非課税世帯の人。重度障がい者福祉タクシー料金助成事業の対象者や生活保護受給者、特別養護老人ホームなどに入所している人は除く。
 (2) はり・きゆう・マッサージ 市に登録した施設所で受ける健康保険適用外のはり・きゆう・マッサージ(あん摩・指圧)の施術費を1回につき1000円助成します。市内在住の75歳以上で、市民税非課税世帯の人。
 いずれも3月1日(水)から所定の用紙と(1)介護保険被保険者証、(2)公的な身分証明書類(いずれも郵送の場合は写し)を直接か郵送で高齢福祉室支援グループ(〒564・8550住所不要 TEL6384・1375 FAX6368・7348)か、各地域包括支援センターへ。令和4年1月2日以降の転入者は、世帯全員の令和4年度課税証明書も必要。

▶新型コロナウイルス感染症の影響で掲載内容が中止・延期・変更になる場合があります
 イベントなどの開催の有無は市ホームページか各室課への問い合わせなどで確認してください

いきがい教室発表会

授業の成果を発表します。詳しくは市ホームページへ。時(1)式典
 3月8日(水)午後1時30分～2時。(2)舞台発表3月8日(水)午後2時10分～3時50分。(3)展示発表3月8日(水)午前10時～午後4時、3月9日(木)午前10時～午後2時。所メイシアター。(1)(2)中ホール。(3)展示ロビー、集会室。吹田市高齢クラブ連合会(TEL6872・7011 FAX6155・2177)か高齢福祉室生きがいグループ(TEL6384・1336)。



市ホームページ

口腔ケアセンター

津雲台1・2・1
 TEL6155・8020
 FAX6873・3030

お口の健康体操教室

歯科衛生士によるお口の体操など。時4月17日(月)午後1時30分～2時30分。対口の機能や飲み込み不安のある人。定15人。多数抽

いきいきお口のケア相談

歯科医師による飲み込みなどの機能や口腔ケアの相談。時4月20日(木)午後1時30分～3時30分。定先着10人。申3月1日(水)から☆。

高齢者いきいの家

岸部中1・24・11
 TEL6337・6361
 FAX6337・6362
 日曜・休日
 祝・市内在住の60歳以上

畑チャレンジ隊 説明会

野菜づくりを体験してみませんか。時3月15日(水)午後2時～3時。定先着10人。申3月1日(水)から☆。

映画会(おへんごび)

本木雅弘、広末涼子出演。時3月17日(金)午後2時～4時15分、3月18日(土)午前10時～午後0時15分、午後2時～4時15分。18日のみ字幕あり。定各先着30人。申3月4日(土)から☆。

管理栄養士が話すごはんの話

栄養補助食品やサプリメントの

撮影モデル体験会

桜を背景にポートレートを撮ってもらいませんか。時3月25日(土)午前10時、午前10時30分、午前11時、午前11時30分。定各先着4人。¥500円。申3月3日(金)から☆。

介護予防体操教室

連時定4月～9月の第2・4木曜日。◇午前10時～11時11時経験者。25人。◇午後1時30分～2時30分初心者。20人。いずれも多数抽選。申3月6日(月)～11日(土)に☆。

高齢者生きがい活動センター

津雲台1・2・1
 TEL6155・2155
 FAX6155・2177
 日曜・休日
 祝・市内在住の60歳以上

インテリアフレーム

革をアクセントにフェイクグリーンで作ります。時3月9日(木)午後1時30分～3時30分。定先着20人。¥1800円。申3月2日(水)から☆。

スマホのきほん相談

初めての人優先。時3月14日(火)午前10時、午前11時10分、午後1時30分、午後2時40分。定各先着4人。申3月3日(金)から☆。



新・音楽を楽しむ講座

時3月16日(木)午前10時～11時30分。定先着25人。申3月4日(土)から☆。

サロンde工作

紙を使った室内模型で理想の部屋を作ってみよう。時3月25日(土)午後1時30分～3時30分。対59歳以下も可。定先着26人。申3月6日(月)から☆。

色えんぴつ入門

時3月28日(火)午後2時～4時。定先着25人。¥700円。申3月10日(金)から☆。

健康タップダンス

時3月29日(水)午前10時～11時30分。対59歳以下も可。定先着25人。¥500円。申3月7日(水)から☆。