高齢者向けコーナー

“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。対市内在住の65歳以上。
問高齢福祉室支援グループ(TEL6170・5860FAX6368・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。10回。 **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	午前	4月5日(金)から 山田ふれあい文化センター	15人	3月1日(金)～8日(金)に電話か、所定の用紙を同グループへダ。用紙は同室や各地域包括支援センターなどでも配布しています。 ・多数抽選。 ・申し込みが4人以下の会場は中止。 ・参加は年度内に1回限り。 ・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。
		4月8日(月)から 青山台市民ホール	8人	
		4月9日(火)から e-Spark(広芝町)	10人	
		4月10日(水)から 釈迦が池土地改良区会館(岸部中3)	各15人	
	午後	4月9日(火)から 高野台市民ホール		
		4月11日(木)から 千一コミュニティセンター		

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。対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。特定健診の代わりに人間ドックを受診した人には、受診費用の一部助成制度があります。詳しくは市ホームページへ。	問国民健康保険課 TEL050・1807・2183FAX6368・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。	申直接、実施登録歯科医院へ。 問成人保健課(出口町) TEL6339・1212FAX6339・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、運賃の一部を助成します。対市内在住の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、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・きゅう・マッサージ　市に登録した施術所で受ける健康保険適用外のはり・きゅう・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。対市内在住の75歳以上で、市民税非課税世帯の人。

いずれも申3月1日(金)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)を高齢福祉室支援グループ(TEL6384・1375FAX6368・7348)か、各地域包括支援センターへダ。令和5年1月2日以降の転入者は、世帯全員の令和5年度課税証明書も必要。

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6日(水)午後1時30分～2時。(2)舞台発表＝3月6日(水)午後2時10分～3時50分。(3)展示発表＝3月6日(水)午前10時～午後4時、3月7日(木)午前10時～午後2時。所メイシアター。(1)(2)中ホール。(3)集会室など。問吹田市高齢クラブ連合会(TEL6872・7011FAX6155・2177)か高齢福祉室生きがいグループ(TEL6384・1336)。

市ホームページ

▶**市役所本庁舎の改修工事に伴い、駐車場の一部を閉鎖しています**
混雑が予想されるため来庁の際は、できるだけ公共交通機関を利用してください

口腔ケアセンター

津雲台1・2・1
TEL6155・8020
FAX6873・3030
申☆は、基本事項と年齢を電話かファックスで同センターへ。

お口の健康体操教室

歯科衛生士による口の体操など。時4月22日(月)午後1時～1時45分、午後2時～2時45分。対口の機能や飲み込みに不安のある人。定各15人。多数抽選。申3月1日(金)～13日(水)に☆。

イキイキお口のケア相談

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25日(木)午後1時30分～3時30分。定先着10人。申3月1日(金)から☆。

高齢者いこいの家

岸部中1・24・11
TEL6337・6361
FAX6337・6362
休日曜日・休日祝
対市内在住の60歳以上
申☆は、直接か電話で高齢者いこいの家へ。

畑チャレンジ隊説明会

野菜づくりなど、土にふれる活動を一緒にしませんか。原則、火曜日に活動します。時3月12日(火)午後1時30分～2時30分。定先着18人。申3月1日(金)から☆。

みんなで歌おう

童謡、唱歌、抒情歌を中心に、リクエスト曲をカラオケで歌いましょう。時3月21日(木)午前10時30分～正午。定先着18人。申3月1日(金)から☆。

映画会　フラガール

松雪泰子、豊川悦司出演。福島県の炭鉱町再生の実話に基づいた感動の物語。時3月22日(金)午後2時～4時、3月23日(土)午前10時～正午、午後2時～4時。23日のみ字幕あり。定各先着35人。申3月2日(土)から☆。

吉志部神社ゆったり歩き

花を楽しみ、歴史にふれながら案内人と歩きます。時3月29日(金)午前10時～11時30分。定先着10人。¥200円。申3月1日(金)から☆。

介護予防体操教室

連時対4月～9月の第2・4木曜日。◇午前10時～11時＝経験者。◇午後1時30分～2時30分＝初心者。定各25人。多数抽選。申3月1日(金)～14日(木)に☆。

高齢者生きがい活動センター

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

美音で遊ぼう

心と体で音楽を楽しみましょう。時3月14日(木)午後1時30分～3時。定先着26人。申3月2日(土)から☆。

いきいき百歳体操おためし講座

時3月25日(月)午後1時30分～3時。定先着26人。申3月4日(月)から☆。

色えんぴつ入門

簡単なデッサンと色の使い方などを学びます。時3月26日(火)午後2時～4時。定先着26人。¥700円。申3月5日(火)から☆。

Zoomでつながろう体験

スマートフォンのZoomアプリを使います。時3月27日(水)午後1時30分～3時。定先着20人。申3月6日(水)から☆。

ゆったりカンフー体操

時3月30日(土)午前10時～11時30分。定先着26人。¥500円。申3月7日(木)から☆。

¥費用　記載がないものは参加無料　申申し込み　基本事項は催し名、住所、名前(ふりがな)、電話番号を記入　記載がないものは当日直接会場へ
問問い合わせ　連連続で参加が必要　対対象　勤勤務　定定員　試試験　採採用　保保育　手手話通訳　は事前に問い合わせてください

✉メールアドレス　アドレスの記載がないものは裏表紙のQRコードか市ホームページに問い合わせ一覧があります
ダ用紙は市か施設のホームページからダウンロードできます　💻申し込みは市の電子申込システムへ。裏表紙のQRコードからアクセスできます