

健康テレホンサービス



☎027-234-4970

二次元コードから健康相談と過去の健康情報の検索ができます。〈月曜〉爪の周りが化膿したら〈火曜〉親知らずは抜くべきか〈水曜〉高血圧の対策〈木曜〉女性の基礎体温について〈金曜〉漢方の出番〈土日曜〉乳幼児期の親との食器の共用とむし歯
直接相談タイム（歯科）＝歯科医師に直接相談。11月5日（水）19時30分～20時30分

まえばしおれんじカフェ～認知症を語ろう



☎027-898-6133

認知症の人やその家族、地域住民、専門職など、誰でも気軽に参

加できる通いの場です。個別相談や家族同士の歓談、簡単なものづくりをします。認知症の人同士が語り合う、本人ミーティング「まえばし話笑る会」も同時開催します。
☎11月19日（水）13時30分～14時30分
☎K'BIXまえばし福祉会館
☎市内在住で認知症の人とその家族や認知症支援に関心のある人、先着20人
☎11月18日（火）までに長寿包括ケア課へ

歩行測定会

☎027-898-6133

歩行姿勢や握力などを測定し、健康状態や生活習慣を確認します。個別相談も可能。予約優先です。
☎12月8日（月）☎23日（火）、9時30分～12時
☎1はにこっとひろせ（ひろせ老人

福祉センター）☎2はK'BIXまえばし福祉会館
☎おおむね65歳以上の人、先着各60人
☎各開催日の1週間前までに長寿包括ケア課へ

おいしく食べてご長寿講座



☎027-898-6133

かむことや飲み込むことが難しくなってきた人のために、家庭でできる飲み込みやすい食事づくりのこつや口のケアを講話と実演で紹介。高齢者向けの配食弁当の試食もします。
☎12月17日（水）10時～13時
☎K'BIXまえばし福祉会館
☎市内在住の65歳以上の人、先着10人
☎¥300円
☎11月26日（水）～12月10日（水）に二次元コードの申し込みフォームで

このコーナーでは認知症に関する情報を届けます。
認知症は誰もがなることを前提に、昨年1月に認知症基本法が施行されました。認知症の人を含めた全ての人が個性と能力を発揮し、相互に尊重し支え合いながら共生する活力ある社会の実現を目指しています。今回は、認知症の人やその家族が気軽に相談できる相談先や認知症に関する冊子を紹介いたします。
●**認知症地域支援推進員（地域包括支援センター）**
認知症地域支援推進員は、認知症の人やその家族が住み慣れた地域で安心して暮らし続けられるように、医療や介護、地域などのつなぎ役として、地域包括支援センターに配置されています。認知症の心配事があったら一人で悩まず、まずは地域包括支援センターで相談してください。
●**認知症ケアパス**
認知症ケアパスは、認知症の進行に応じたケアの流れをまとめた



☎027-898-6275



認知症地域支援推進員とパラ作りを楽しむ写真



冊子。いつ、どこで、どのような医療や介護サービスが受けられるのか確認できます。
認知症ケアパスは、市役所長寿包括ケア課や各地域包括支援センターなどで配布しています。
●**認知症伴走型相談支援所 ibasho**
日赤跡地のパークサイドカフェ内 ibashoでは、グループホームなどで認知症の人に関わる専門職員が相談に応じ、日常生活の工夫や介護の対応のこつを伝えます。個室での相談や電話相談もできます。ささいなことでも気軽に相談してください。
☎相談時間 11月水金曜、10時～15時
☎ibashoについては三和会
☎080・2721・3240
今回は集いの場を紹介します。

高齢者インフル・コロナの医療機関一覧に誤りがありました

☎027-212-3707

高齢者インフルエンザ・新型コロナウイルス感染症の定期予防接種予診票に同封した医療機関一覧に誤りがありました。訂正してお詫び申し上げます。
正＝（東地区）前橋フォレスト内科外科クリニック
誤＝（東地区）フォレスト整形外科スポーツクリニック

シニア脳活健康サロン

☎027-898-6133

脳健康チェックや体組成などの計測、脳トレ、ロコモ予防体操をする脳活体験会を開催。計測結果を生かした認知症予防のための取り組みを保健師などの専門職やカノップスタッフが応援します。

☎11月13日（木）・27日（木）・12月11日（木）、10時～12時
☎カノップ前橋本店（カラオケまねきねこ前橋本店内・大友町一丁目）
☎おおむね60歳以上の人、先着各25人
☎各開催日の3日前までにカノップ（☎027-212-5738）へ直接

ボランティアビギナースクール～はじめての人もう一度学びたい人も



☎027-898-6133

介護予防活動の心構えや楽しみ方を学ぶほか、車いす体験などの実技演習をします。本市のボランティア活動や福祉活動、介護予防活動ポイント制度の説明や登録手続きも実施します。ポイントの登録は40歳以上の市民が対象です。
☎11月15日（土）10時～11時30分
☎K'BIXまえばし福祉会館
☎市内在住・在勤の人、先着10人
☎ボランティアセンター
☎027-232-3848へ

おもちゃの病院



☎027-232-3848

日時	場所
11月15日（土）	宮城公民館
11月16日（日）	K'BIXまえばし福祉会館
11月22日（土）	10時～12時 かすかわ児童館・高橋建築設計事務所 げんき館
11月23日（日）	第二コミュニティセンター（保健センター内）

老人福祉センター

65歳未満は要入場料（ふじみは60歳未満）

にこっとしきしま

☎027-233-2121
●橘舞踊会「舞踊ショー」
☎11月15日（土）12時～13時30分

にこっとかすかわ

☎027-285-3801
●聴こえの教室
☎11月12日（水）11時～12時

にこっとひろせ

☎027-261-0880
●まちかど健康相談会
☎11月18日（火）10時～12時

にこっとふじみ

☎027-288-6113
●筆文字アート「現役ナースと一緒にカラフル筆ペンを使って脳トレしよう」
☎11月25日（火）11時～12時
☎一般、先着10人
☎¥1,000円
☎11月11日（火）9時30分から同館へ

にこっとおおも

☎027-252-3077
●レコードで聴く昭和の唄「歌声広場」
☎11月21日（金）12時30分～14時30分

みやぎふれあいの郷

☎027-283-8633
●簡単コンディショニング体操
☎11月11日（火）・25日（火）、13時30分～14時30分
☎一般、先着各25人
☎同館へ

地域の交流施設として誰でも利用できます