



掲載記事の内容は、新型コロナウイルス感染症の影響により変更になる場合があります。前月号までに掲載したイベント情報などは、中止または延期になっている場合がありますので、お問い合わせください。

保健センター

TEL 264・8292

●高齢者インフルエンザ予防接種

本年度に限り、インフルエンザと新型コロナウイルス感染症の同時流行に備えるため、インフルエンザ予防接種の費用を市が負担します。

期間 10月1日(木)～来年1月31日(日)

※期間外の接種は全額自己負担。

接種回数 期間中に1回

対象 本人が接種を希望し、次のい

ずれかに該当する人

① 接種日に65歳以上

② 接種日に60～64歳で、心臓・じん臓・呼吸器の機能に障がい有するまたはヒト免疫不全ウイルスにより障がい有する人(各障がいとも身体障害者手帳1級程度)

費用 自己負担なし(無料)

医療機関・接種方法 左表のとおり

医療機関	接種方法
(1) ふじみ野市・富士見市・三芳町の実施医療機関	4月に配布した健康カレンダーを参照し、医療機関へ相談の上、接種する
(2) (1)以外の県内実施医療機関	10月1日(木)午前9時から保健センターか大井総合支所地域福祉係窓口で事前申請の上接種する
(3) (1)(2)以外の医療機関	保健センターへお問い合わせください(公費負担額に上限あり)

注意事項 受診時に医療機関窓口で

健康保険証(対象②の人は身体障

害者手帳も)を提示

※生活保護受給世帯の人は受診時に

介護予防講座

「知って得する! 介護予防 ―地域で楽しく通いの場編―」

住み慣れた地域でいつまでもいきいきと生活するためには、介護予防の取り組みが重要です。筑波大学教授を講師に招き「介護予防」や「通いの場の効果」などについてお話しします。知って得する、あなたの介護予防に活かせる講演会です。

日時 11月19日(木)午後1時30分～3時30分(1時から受付)

場所 サービスセンターホール

※はつらつ健康チェックの結果票に同封した案内の会場から変更しています。

※上福岡駅西口駐車場(ココネ上福岡内)は有料となりますのでご注意ください。

講師 山田実さん(筑波大学人間系教授)

対象 65歳以上の人

定員 80人(申込順)

申込方法 10月8日(木)～11月9日(月)までに窓口か電話で申し込む

申 高齢福祉課 (TEL 262・9038)



受給証を提示。

※接種時、予診票に本人の署名が必要(自署できない場合は家族・成年後見人による代筆可)。

大井総合福祉センター

TEL 266・1111

初めて利用する人は、利用者登録が必要で、本人確認書類(健康

保険証など)を持参してください。

●ハロウィンかぼちゃの重さ当てクイズ

ロビーにハロウィンかぼちゃを展示し、だれでも参加できる重さ当てクイズを開催します。

期間 10月1日(木)～

31日(土)



高齢福祉課
TEL 262・9038

●「緊急時・災害時高齢者あんしん台帳」の提出にご協力ください

市では、単身高齢者世帯の皆さんの生活支援や緊急時の支援に役立てるため、状況を把握するための調査を実施します。対象者には市から調査票を郵送しますので、回答にご協力ください。

対象 次のいずれかに該当する人

- ①10月1日現在、75歳の単身世帯の人(昭和19年10月2日～20年10月1日生まれ)
- ②1年以内に本市に転入した75歳以上の単身世帯の人

調査目的 調査結果をもとに地区ごとの単身高齢者の状況を把握し、

緊急時・災害時の連絡体制やスムーズな支援体制を充実させます。また、市社会福祉協議会、高齢者あんしん相談センター、民生委員・児童委員、自治組織(情報の一部)で共有し、支援体制の充実を図ります。

※調査で得た情報は、支援以外の目的には使用しません。

●市民講座「人生会議を始めよう」

あなたが自分らしく過ごせる場所はどこですか

住み慣れた家で自分らしく人生の最期まで暮らし続けるには、どのような準備や心構えが必要か一緒に考えてみませんか。多くの在宅療養者や家族を支えているベテラン看護師のお話です。

日時 11月25日(水)
午後1時30分～3時
場所 市役所本庁舎5階A大会議室
講師 田村ひろみさん(東入間医師会地域医療・介護相談室看護師)
定員 40人(申込順)
申込方法 10月12日(月)から電話で申し込む

●「高齢者等介護職員就労支援事業」

参加者募集

県では、60歳以上の人を対象に、県内の介護施設などで介護助手として働くための研修受講、就職を支援しています。
内容 ①介護に関する入門的研修への参加
②職場見学・体験(任意)への参加
③個別マッチングを通して、県内介

ふじみん元気・健康ポイント対象事業
シニア元気塾

健康運動指導士とスポーツ推進委員の指導により、静的ストレッチや動的ストレッチ、シッティングバレー、ノルディックウオーキングなどを行います。さまざまな運動を通して健康づくりと仲間づくりをしませんか。



日時・内容 下表のとおり

日程	内容
①11月10日(火)	座ったままで簡単な運動をしてみよう ウエルカムレク・静的ストレッチ
②11月17日(火)	いつもの散歩をトレーニングに ノルディックウオーキング
③11月24日(火)	脳トレをしながら体を動かそう 動的ストレッチ・ボール運動
④12月 1日(火)	さまざまな軽スポーツに触れてみよう シッティングバレー

※時間はいつでも午前9時30分～11時30分

対象 市内在住の60歳以上で、医師に運動を止められていない人
定員 25人(申込順)
場所 上野台体育館
参加費 200円(保険料)
申込方法 10月6日(火)～29日(木)午前9時～午後5時15分に電話で申し込む(土・日曜日を除く)
甲 文化・スポーツ振興課 (TEL 220・2090)

●介護支援ボランティア制度説明会

65歳以上の人が、市内の介護保険施設などでボランティア活動に参加した場合、活動実績に応じて付与されるポイントを交付金(年間上限5千円)に交換できる制度です。

事業に参加したい人は説明会に参加の上、登録していただきます。登録後は、年に1回程度研修に参加する必要があります。

日時 10月9日(金)、11月12日(木)、12月2日(水)(各回の内容は同じ)
時間はいつでも午後2時から
場所 市役所本庁舎5階
A502会議室
対象 市内在住で65歳以上の人

※5人以上のグループ・団体は出張による説明会を行いますので、事前に電話でお申し込みください。
持ち物 認め印、介護保険証
申込方法 電話で申し込む
甲 市社会福祉協議会
TEL 264・7212

●介護施設などへの就職支援

対象 介護の仕事を探している60歳以上で、主に短時間の勤務を希望する人(介護福祉士を除く)

説明会
日時 10月15日(木)午後1時30分から
場所 東上パールビルディング(川越市脇田本町15・13)(川越駅西口)
申込方法 電話かメールで申し込む
甲 株式会社ソラスト(受託事業者)
TEL 0120・997・963

介護予防センター

日時 11月4日(水)午後1時30分～2時15分(1時15分から受付)
場所 介護予防センター1階
介護予防ホール

持ち物 介護予防センター利用登録証、マスク、ふじみん介護予防手帳(お持ちの人)
対象 市内在住の65歳以上
定員 20人(申込順)
申込方法 10月12日(月)から窓口か電話で申し込む

介護保険以外の高齢者保健福祉サービス

問 高齢福祉課 (TEL 262・9038)

開館はいつでも毎週月～土曜日(年末年始、祝日を除く)午前9時～午後5時。施設の詳細は市ホームページ(QRコード)をご覧ください。

※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、利用日および利用時間の制限があります。

▶おおい老人福祉センター

教養の向上や健康増進・レクリエーションの場を提供することを目的とした施設です。

利用対象者 60歳以上
場所 大井中央2・2・1大井総合福祉センター2階
設備 浴室、大広間、機能回復訓練室、教養娯楽室、集会室



▶介護予防センター

介護予防の拠点として、さまざまな事業や情報発信をする施設です。高齢者あんしん相談センターかすみがおか、ふくし総合相談センターにじいろを併設しています。

利用対象者 65歳以上
場所 霞ヶ丘1・5・1
設備 介護予防ホール、栄養改善室、機能訓練室など

