



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。

TEL 049-262-9038

高齢福祉課

●口腔・栄養改善教室

健康の維持・増進には口の健康やバランスの良い栄養が欠かせません。早期から改善に向けて取り組むことで、心身機能が維持・向上するだけでなく、今後の生活において、おいしく食べることが楽しく会話で見直してみましよう。

日時 10月5日(水)午後1時～3時45

分(0時45分から受付)

場所 介護予防センター1階

介護予防ホール(霞ヶ丘1-5-1)

※一般駐車場はありません。公共交通機関をご利用ください。

内容 歯科衛生士と管理栄養士による講話、お口の機能チェック、ふじみお口ぴんしゃん体操、食事の量とバランスなど

対象 市内在住で65歳以上の人

定員 20人(申込順)

申込方法 9月5日(月)から高齢福祉

課窓口か電話(TEL)049-262-9038(で申し込み)

※4月に参加した人は、参加できません。

●ぴんしゃんサポーター(介護予防サポーター)養成講座

ふじみんぴんしゃん体操をはじめ、

介護予防について学び、講座修了後、地域の中でふじみんぴんしゃん体操などを広めるぴんしゃんサポーターを養成するための講座です。

日時 10月6日(水)・13日(水)・20日(水)・

27日(水)・11月10日(水)・17日(水)(6

日間)

午後1時30分～4時30分(1時10

分から受付)

場所 介護予防センター1階

介護予防ホール(霞ヶ丘1-5-1)

※一般駐車場はありません。公共交通機関をご利用ください。

対象 「ふじみんぴんしゃん体操など

介護予防の取り組みを地域に広める意欲があり、6日間全て参加でき(欠席日があるとぴんしゃんサポーターとして登録ができません)かつ、平成29年度以降受講しておらず、医師から運動制限を受けていない人

定員 20人(定員を超えた場合は抽選)

申込方法 9月5日(月)～13日(水)に高齢福祉課窓口か電話(TEL)049-262-9038(で申し込み)

●はじめてのふじみんぴんしゃん体操

「ふじみんぴんしゃん体操」をまだやったことがない人向けに体験講座を行います。

日時 9月26日(月)午後1時30分～3時30分(1時から受付)

場所 大井総合福祉センター1階

ふじみんぴんしゃんホール

内容 ふじみんぴんしゃん体操の講義、実技

対象 次のいずれかに該当する、市

内在住の65歳以上の人および高齢者の支援に関わる人(家族含む)

①ふじみんぴんしゃん体操未経験者

②ふじみんぴんしゃん体操未経験者と経験者2人1組(ペア参加)

定員 40人(申込順)

申込方法 9月5日(月)～20日(水)に高齢福祉課窓口か電話(TEL)049-262-9038(で申し込み)

※ふじみんぴんしゃん体操について詳しくは、市ホームページをご覧ください。

●認知症サポート医による「もの忘れ・認知症相談」



認知症は、早期の段階での対応が重要です。

日時 10月14日(金) 午後3時～4時30分

場所 本庁舎A201会議室

定員 3人(申込順)

申込方法 10月7日(金)までに高齢福祉課に電話(TEL)049-262-9038(で申し込み)

※申し込み後、担当の高齢者あんしん相談センター職員が訪問してお話を伺うことがあります。

市報

大井総合福祉センター
TEL 049・266・1111

●健康相談(整形外科)

足腰の痛みなどお気軽ににご相談ください。

日時 9月20日(火)

午後1時15分～2時

場所 大井総合福祉センター3階
健康相談室

担当医 ぶちおか整形外科

対象 市内在住で60歳以上の人

定員 5人(申込順)

申込方法 9月5日(月)から大井総合福祉センター1階事務室か電話

(TEL 049・266・1111)で申し込み

●インボディ測定会(体成分測定会)

敬老の日に合わせてご自分の身体のことを知ってみませんか。機械で測定し、体脂肪率、体水分量、基礎代謝などさまざまなことがわかります。

日時 9月17日(土)午前9時～11時

30分②午後1時30分～4時

対象 市内在住で60歳以上の人



介護予防センター
TEL 049・264・7270

■霞ヶ丘1・5・1

■一般駐車場はありません。公共交通機関をご利用ください(障がいなどにより駐車場の利用が必要な場合は、事前にご連絡ください)。

■新規に介護予防センターの利用登録をする人は、本人確認書類(健康保険証など)をお持ちください。

●お昼の体操

頭の体操、ストレッチ、リズム体操、筋力トレーニングと内容盛り沢山の30分です。お昼時に一汗流してみませんか。

日時 9月7日(水)・14日(水)・21日(水)・28日(水)午後0時15分～0時45分

場所 介護予防センター1階

介護予防ホール

対象 市内在住で65歳以上の人

定員 50人(申込順)

※当日、直接会場にお越しください。

持ち物 介護予防センターの利用登録証、マスク、飲み物



「騙されまい 気持ちだけでは 騙される」
対策機器が効果絶大!!

振り込め詐欺対策機器購入費補助金の定員は100世帯でまだまだ募集中です。詐欺被害防止には、電話機による防犯対策が有効であり、補助金を利用して購入した人からは「特殊詐欺だけでなく、セールス電話もなくなり、煩わしさから解放された」などの、安心の声が多数寄せられています。「騙されまい」という気持ちはもちろん大切ですが、もう一歩踏み込んだ被害の防止対策として、ぜひ、補助金をご利用ください。



- 対象者** 市内在住で65歳以上の人(1世帯1回限り)
- 補助金額** 購入金額(消費税を含む)の2分の1
※上限5,000円(100円未満切り捨て)。
- 募集件数** 約100世帯(申込順)
- 申請方法** 交付申請書と添付資料(見積書の写しなど)を窓口か郵送で提出する。
※市の交付決定を受ける前に購入した場合は、補助が受けられません。
- 対象機種** 呼出音が鳴る前に通話内容を録音することを相手に伝え、自動的に会話を録音する次のいずれかの機種
- ①自動応答・録音機能を内蔵する固定電話
 - ②固定電話に接続する、自動応答・録音機能のある装置
- 申請書配布場所** 危機管理防災課(市役所本庁舎3階)、大井総合支所市民総合窓口課、市役所出張所、各販売協力店舗、市ホームページ
- 販売協賛店(五十音順)** 下表のとおり

店名	所在地	電話番号
アライ電器	亀久保4-9-33	049-263-0919
イオン大井店	ふじみ野1-2-1	049-261-3101
ケーズデンキふじみ野店	大井中央2-20-1	049-257-5620
(有)コウゴ電器	清見4-1-19	049-264-7707
コジマ×ビックカメラ イオンタウンふじみ野店	福岡2-1-6 2階	049-267-7511
(有)島田電気商会	苗間5-9-5	049-261-5668
タチバナ電器商会	西2-1-1	049-261-3248
ツチャ電器	上福岡2-6-3	049-262-5048
電化百貨 RED BOX	上福岡1-9-28	049-261-0437
デンキのくぼた	旭1-16-34	049-263-5610
(有)富士電化サービス	上ノ原2-6-3	049-264-7337
ヤマダ電機テックランド ふじみ野店	西鶴ヶ岡2-3-1	049-293-1141

☎ 危機管理防災課 (〒356・8501 福岡1-1-1、TEL 049・262・9052)



①自動応答・録音機能を内蔵する固定電話



②固定電話に接続する、自動応答・録音機能のある装置

●介護サービスの紹介 パート2

介護保険で使えるサービスを順次紹介します。

地域密着型サービス② 住み慣れた地域を離れずに生活を続けられるように、市が指定した事業者が、地域の特性に応じた柔軟な体制で提供するサービスです。原則、その地域に在住の人だけが利用できます。比較的小規模な施設が多く、地域とのつながりを大切にしたいアットホームな雰囲気の中で、きめ細やかなサービスが提供されることが特徴です。利用には介護認定を受ける必要があります。

●地域密着型通所介護

食事・入浴などの介護や機能訓練を、デイサービスに通って受けられるサービスです。

通常のデイサービスと比べて定員18人以下の小規模な施設であることが特徴です。

●小規模多機能型居宅介護

在宅での生活が継続できるように、「マイサービス」を中心に、利用者の状況や希望に応じて随時、「訪問介護」・「ショートステイ」を組み合わせて提供するサービスです。他の居宅系サービスと異なり、ケ



☎ 高齢福祉課
TEL 049・262・9037