

シニアの広場

管理栄養士による 乳酸菌飲料健康教室

問 シルバー人材センター ☎62-9100

「おなかの健康」や転倒予防につながる骨の健康などについてお伝えします。

時 3月24日(月)13:30～15:00

場 高齢者生きがいセンター2階 会議室

対 市内在住の60歳以上の人 30人(先着)

申 3月5日(水)8:30～シルバー人材センター窓口、電話またはFAX(62-9100)で申込。

筆耕講習会

問 シルバー人材センター ☎62-9100

時 3月14日(金)13:30～15:00

場 高齢者生きがいセンター2階 会議室

対 市内在住の60歳以上の人 8人(先着)

内 あて名書き(硬筆)

申 3月7日(金)までにシルバー人材センター窓口、電話またはFAX(62-9100)で申込。

みんコラ 問 社会福祉協議会 ☎62-4700

みんコラ(みんなでコラボレーション)として、民間企業の店舗内のスペースを借りてさまざまなイベントを開催しています。お近くの会場へ参加ください。

申 ②④3月1日(土)10:00～電話で申込(先着)※①③⑤は申込不要。

他 各イベントの詳細および下記以外のイベントは市HPへ。



イベント名	日時	場所	その他
① ドラゴンズ研究会	3月8日(土) 13:30～14:30	I.C SUZUKI(喫茶店)	対 男性限定 ¥ 飲み物代
② ひまわり クリニカルアート体験	3月13日(木) 10:30～11:30	ひまわりショップ長久手店	対 10人(先着) ¥ 500円
③ ディーラーde リフレッシュ体操	3月14日(金) 10:00～11:00	ネットヨタ中部プラザ長久手	持 水分補給ができるもの
④ 体と頭の体操& ランチ会	3月20日(木・祝) 10:30～正午	長久手さつきの家	対 10人(先着) ¥ 600円(ランチ会のみ)
⑤ ディーラーde指ヨガ	3月26日(水) 13:30～14:30	名古屋トヨペット長久手店	対 8人(先着) 持 ハンドタオル

福祉の家の施設情報

問 福祉の家 ☎64-6500

月曜日休館(祝日の場合は翌平日)

各浴室の営業

●歩行浴室(水・金・日) ●福祉浴室(火・木・土)

10:00～17:45(日・祝日は16:45まで)

長久手温泉ござらっせおよび

温泉スタンドの休業日

3月3日、24日(月)



「正しい身体の使い方」 ～姿勢改善教室～

問 (株)長久手温泉 ☎64-3511

プロのトレーナーが「正しい身体の使い方」を伝えます。一緒にお悩みを解決しましょう!

時 3月21日(金)10:30～11:45

場 名古屋トヨペット長久手店(熊田125)

対 市内在住65歳以上の人 10人(先着)

内 講師 木全太一 パーソナルトレーニングPONO

申 3月4日(火)11:00～(株)長久手温泉に電話で申込。

ディーラーde栄養講座&スクエアステップ

問 (株)長久手温泉 ☎64-3511

管理栄養士の講義で食生活を見直し、「歩く脳トレ(スクエアステップ)」で楽しく運動しましょう。

時 3月18日(火)9:30～10:30

場 トヨタモビリティ東名古屋長久手店(武蔵塚910)

対 市内在住65歳以上の人

内 講師 中北薬品(株)

他 駐車場なし。動きやすい服装、運動靴でお越しください。



带状疱疹ワクチン予防接種の定期接種開始

問 健康推進課 ☎63-3300

国の方針により、65歳を対象とした带状疱疹ワクチンの定期接種を4月から開始する予定です。すでに65歳を超えている人も、5歳年齢ごと(70・75・80・85・90・95・100歳)に、2025年度からの5年間で接種できるよう経過措置を設けます。また、ワクチンの接種費用の一部が公費で負担されるほか、現行の任意接種助成の対象者を市内在住の50～64歳に変更します。詳細は広報ながくて2月号P13へ。

定期接種対象者	以下のいずれかに該当する市内在住の人 (1)当該年度に65・70・75・80・85・90・95・100歳になる人 (2)100歳以上の人(2025年度のみ) (3)接種当日60～64歳で、ヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能の障がい有する人※事前申請要	
ワクチン	ビケン(1回接種)	シングリックス(2回接種)
自己負担金(予定)	2,500円	7,000円×2回
その他	●(1)(2)の人には、3月末に個別通知を発送予定 ●過去に带状疱疹ワクチンを接種した人は対象外 ●定期接種の対象者が既に一部の接種を任意接種として行った場合は、残りの接種を定期接種として扱います。 ●2種いずれかのワクチンを接種	

Q 65歳以上で、定期接種になる年度より早く接種したい場合はどうしたらいいの?

A 3月14日(金)までに申請し、3月31日(月)までに1回目の接種をした場合は、最大2回分の助成が受けられます。

Q 定期接種と任意接種どちらで受けたいの?

A 生年月日や接種時期により、適用となる制度や負担金額が異なるため、ご希望に沿って選択してください。

Q 任意接種の助成はどうやって受けるの?

A 接種前に健康推進課窓口または市HPから申請すると、市内協力機関での助成券が届きます。市内協力機関以外で接種する場合は、いったん全額支払い後、後日助成額が払い戻されます。



市HP



【3月9日(日)～15日(土)は「世界緑内障週間」】緑内障は放置すると視覚障害に達するので、早期に発見し点眼薬による治療を続けていくことが大切です。40歳を過ぎたら定期的に眼科の検診を受けましょう。問 健康推進課 ☎63-3300