



高齢者向けの教室や介護・医療に関する情報をお届けします。

長寿課(福祉会館1階) ☎23・6837 FAX23・6520



家族の会(交流会)

対 象 高齢者の介護に関心のあるかた
定 員 ②のみ15人(先着)
申 込 ①前日まで②6月7日(土)から前日までに各担当へ。

会場・連絡先	日時・内容
①額田センター 担当: 福祉総合相談窓口 ふくまど ☎82・3129	6月11日(水) 10時～12時 健康体操、交流会
②高年者センター岡崎 担当: 高年者センター岡崎 地域包括支援センター ☎55・8399	6月20日(金) 10時～12時 高齢者施設の選び方、交流会

とはなす岡崎2025 シルバーカレッジ

高年者センター岡崎 ☎55・0116 FAX55・0156
日 時 6月26日(木)、7月2日(水)・9日(水)、8月21日(木)、
9月3日(水)・24日(水)(6回コース)
9時30分～11時30分
※7月9日(水)は12時30分～15時30分
内 容 防災講座や^{おのれしよ}己書、
音楽(二胡・合唱)などに触れる
対 象 60歳以上30人(先着)
費 用 1,274円(6回分)
申 込 6月7日(土)9時から直接または電話で。
※「とはなす」とは高年者センター岡崎・地域福祉センターの愛称です。



ホームページ

認知症介護者交流会

当日会場へ

認知症疾患医療センター ☎66・7474 FAX66・7499
日 時 7月9日、8月6日、9月10日の水曜日
13時30分～15時30分
場 所 岡崎市民病院患者サポートセンター会議室
内 容 悩み相談、情報交換など
対 象 認知症のかたを介護している家族
費 用 1人200円



ホームページ

認知症カフェ(オレンジカフェ) 当日会場へ

認知症のかたと家族、地域のかたが語らう集いの場

カフェ名	会場・連絡先	日 時
オレンジカフェ 日向家	アピタ岡崎北店1階フードコート 担当: ひな地域包括支援 センター ☎65・8555	6月11日(水) 9時30分 ～11時30分
八丁珈琲 さくらの里店 参加費150円	介護老人保健施設 さくらの里 ☎24・1011	6月15日(日) 10時～12時
なのはな茶屋 参加費100円	なのはな苑 担当: なのはな苑地域包括 支援センター ☎57・8087	6月21日(土) 10時～12時
虹カフェ 参加費100円	岡崎東病院 通所リハビリテーション ☎22・6611	6月21日(土) 10時～12時
カフェねむのき 参加費100円	グループホームなのはな苑 ねむのき(合歓木町) 担当: むつみ地域包括支援 センター ☎57・6288	6月21日(土) 13時30分 ～15時30分

栄養教室

日 時 6月12日(木) 10時～12時
場 所 西部地域福祉センター
内 容 栄養に関する講座・相談会・試食会
定 員 20人(先着)
申 込 6月7日(土)から前日までに電話で西部地域包括支援センター(☎32・0199)へ。

転ばない! 歩きやすい! 移動を助ける杖・歩行器の選び方 ～安全な生活を送るために～

日 時 7月2日(水) 14時～15時
場 所 岡崎老人保健施設スクエアガーデン
内 容 リハビリ専門職による講座
定 員 20人(先着)
申 込 6月9日(月)から前日までに電話でスクエアガーデン地域包括支援センター(☎57・1133)へ。

知っておきたい おひとりさまの終活

日 時 6月30日(月) 13時30分～15時
場 所 南部地域福祉センター
内 容 身寄りのないかたや、親族に頼ることができないかたなどが利用できる支援制度など
定 員 20人(先着)
申 込 6月7日(土)から当日までに電話で南部地域包括支援センター(☎43・6299)へ。

介護者教室

日 時 6月24日(火) 10時～11時30分
場 所 南部地域交流センター
内 容 適切なオムツの選び方、正しいオムツの当て方、交流会など
定 員 10人(先着)
申 込 6月9日(月)から前日までに電話でふじ地域包括支援センター(☎55・0192)へ。

寺子屋☆脳きらり

認知症予防の脳トレーニング、回想法、ストレッチなど

①東部市民センター=6月20日(金)
②南部市民センター分館=6月24日(火)
③図書館交流プラザ=6月26日(木)、7月10日(木)
時 間 10時～11時30分
対 象 65歳以上30人(先着)
申 込 ①②6月11日(水)
③6月13日(金)9時から
電話で高年者センター岡崎
(☎55・0116)へ。



健活チャレンジ 歩行機能測定

日 時 6月25日(水) 10時30分～12時
場 所 ピアゴ上和田店1階フードコート
内 容 歩くだけの簡単なチェックで歩行の姿勢をAIが分析して転倒予防のポイントや改善のアドバイスを行う

きらりシニア塾 講話とストレッチ

内 容 ①体験! 頭と体を使ったニュースポーツ
②フレイル予防～運動・栄養・^{こうくう}口腔より～
③暑さを乗り切る! 食事のとり方とは
対 象 65歳以上(先着)
申 込 6月9日(月)9時から前日までに直接または電話で各会場へ。

会場・連絡先	日 程	時 間	内 容	定 員
西部地域福祉センター ☎34・3211	6月20日(金)	13時30分	①	20人
	7月 4 日(金)	～15時30分	②	
東部地域福祉センター ☎48・8090	6月25日(水)	10時～12時	②	16人
	7月 7 日(月)		③	
南部地域福祉センター ☎43・6600	6月27日(金)	13時30分 ～15時30分	②	20人
	7月11日(金)		①	
北部地域福祉センター ☎45・8790	6月27日(金)	10時～12時	①	30人
	7月15日(火)		③	
高年者センター岡崎 ☎55・0116	7月 1 日(火)	10時～12時	①	25人
中央地域福祉センター ☎25・7701	7月 2 日(水)		①	



当日会場で
待ってるよ。

食育推進キャンペーン

**6月14日(土)・15日(日)
10時～15時**

場 所 イオンモール岡崎ウエスト2階
靴下屋前エスカレーター横

14日 骨密度測定、クイズラリー

15日 推定野菜摂取量測定、クイズラリー

岡崎市健康・食育
キャラクター
「まめ吉」

保健政策課 ☎73・6022 FAX23・5041

6月26日(木) 12時～7月1日(火) 12時

場 所 アピタ岡崎北店2階 セリア前

令和6年度食育ポスターコンクール
優秀作品展示
6月28日(土)・29日(日)は血管年齢の
測定もできます。



ホームページ