



高齢者向けの教室や介護・医療に関する情報を届けします。

長寿課(福祉会館1階) ☎23・6837 FAX23・6520

シニア



2026年度 「あいちシルバーカレッジ」学生募集

長寿課 ☎23・6149 FAX23・6520

期間 4月～令和9年3月

場所 図書館交流プラザ

内容 文化教養学科（郷土の文化など）

定員 100人（抽選）

費用 年額23,300円（入学金・授業料）

申込 詳しくは、県社会福祉協議会福祉生きがいセンター（☎052・212・5521）へ。



申込

とはなす東部 お元気アップ教室

日時 2月25日、3月4日・11日・25日の水曜日
10時～11時30分（4日のみ13時30分～15時。4回コース）

場所 東部地域福祉センター

内容 体操とレクリエーション

対象 60歳以上20人（先着）

費用 100円（4回分）

申込 1月13日（火）9時から直接または電話で東部地域福祉センター（☎48・8090）へ。



ホームページ

介護認定を受けているかたの所得控除

●障がい者控除

要介護認定（要介護1以上）を受けている65歳以上で、障がい者手帳を持っていないかたは、障がい者控除の対象となる場合があります。申請は1月5日（月）から直接介護保険課（福祉会館1階）へ。市ホームページでは1月1日（祝）から可。申請には本人確認書類などが必要。詳しくは、市ホームページで。



ホームページ

●おむつ代

医療費控除の対象となる場合があります。本来は医師の証明書が必要ですが、一定の条件を満たす場合、市が発行する証明書で代替できます（1回200円）。詳しくは、市ホームページまたは介護保険課へ。



ホームページ

介護保険課 ☎23・6683 FAX23・6520

●医療系の介護サービスの自己負担額

医療費控除の対象となる場合があります。詳しくは、介護保険課へ。



ホームページ

介護保険課
☎23・6682 FAX23・6520



シニアのための就職支援フェア

商工労政課 ☎23・6351 FAX23・6213

日時 2月5日（木）当日会場へ

13時30分～15時30分

場所 総合学習センター多目的ホール

内容 企業との相談会

対象 おおむね60歳以上の求職者



ホームページ

当日会場へ

元気ハツラツ！出張測定 当日会場へ

時間 13時30分～15時（中央地域福祉センターのみ10時～11時30分）



ホームページ

内容 血圧測定、柔軟測定

会場	電話	日付
高年者センター岡崎	☎55・0116	1月27日（火）
中央地域福祉センター	☎25・7701	2月13日（金）
北部地域福祉センター	☎45・8790	2月27日（金）
西部地域福祉センター	☎34・3211	3月11日（火）
南部地域福祉センター	☎43・6600	3月13日（金）
東部地域福祉センター	☎48・8090	3月17日（火）

※問い合わせは各会場へ。

ホームページ

認知症介護勉強会

日時 1月22日（木） 13時30分～15時

場所 市役所東庁舎

内容 認知症介護の経験談を聞き適切な介護方法を学ぶ

対象 認知症のかたを介護をしているかた25人（先着）

申込 1月7日（火）～16日（金）に電話で長寿課へ。

介護教室・交流会 おひとりさまの施設選び

日時 2月3日（火） 13時30分～15時

場所 南部地域福祉センター

内容 ひとり暮らしのかた向けの高齢者施設を学ぶ

定員 15人（先着）

申込 1月7日（火）から前日までに直接または電話で南部地域包括支援センター（☎43・6299）へ。

家族の会（交流会）

日時 2月12日（木） 10時～12時

場所 豊田センター

内容 終活講座と介護を終えたかたとの交流会

対象 高齢者を介護している家族

申込 前日までに電話で福祉総合相談窓口（☎82・3129）へ。

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 ☎55・8555	1月14日（火） 9時30分～11時30分
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	1月17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	1月17日（土） 13時30分～15時30分
オレンジカフェ 葵茶屋 参加費100円	公衆衛生センター4階 担当：竜美地域包括支援センター ☎55・0751	1月21日（水） 14時～15時30分

寺子屋☆脳きり

日いち ①1月22日（木）、2月12日（木）=図書館交流プラザ

②2月6日（金）=東部市民センター

③2月10日（火）=南部市民センター分館

時 間 10時～11時30分

内 容 認知症予防の脳トレーニング、回想法、ストレッチなど

対 象 65歳以上各30人（先着）

申込 ①1月9日（金）②③1月14日（火）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

当日会場へ

自宅でできる運動のススメ

日時 1月28日（火） 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 握力や簡単な体力測定で筋力・バランスをチェックし、自宅でできる運動をアドバイス問い合わせはスクエアガーデン地域包括支援センター（☎57・1133）へ。

きらりシニア塾

講話とストレッチ

内 容 ①笑顔で歌って★心もハッピー！

②楽しく元気に!!はつらつ体操!!

③病気に負けない！腸活で免疫力アップ

④今おさえておきたい 認知症予防3つのポイント

対 象 65歳以上（先着）

申込 1月7日（火）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
南部地域福祉センター ☎43・6600	1月20日（火）		① 10時～12時	16
	2月3日（火）			
中央地域福祉センター ☎25・7701	1月21日（火）		① 13時30分～15時30分	25
	2月5日（木）			
高年者センター岡崎 ☎55・0116	1月27日（火）		① 10時～12時	30
東部地域福祉センター ☎48・8090	1月28日（火）		③ 13時30分～15時30分	4
	2月16日（月）			
西部地域福祉センター ☎34・3211	2月12日（木）		① 10時～12時	20
北部地域福祉センター ☎45・8790	2月17日（火）		① 10時～12時	1