

シニア情報

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。



認知症総合支援事業「オレンジ・カフェ茅野」 健康栄養相談会

日時 7月3日(木) 14時～15時30分
場所 ウェルシア茅野本店
内容 健康増進・介護予防のために自分のからだをチェックしてみませんか？ 体組成・握力・血圧の測定・骨密度を確認します。お薬・栄養相談等も受け付けます。
※内容は変更になる場合があります。
対象 認知症の方やその家族、支援する方
定員 8人(定員になり次第、申し込み受付を終了します。)
参加費 無料
申込方法 事前に電話でお申し込みください。
申込・問 保健福祉サービスセンター 福祉21推進係 ☎72-2101(内線332)



みんなのパソコン広場 パソコン初級者サポート・相談室【ワード・エクセル】

日時 8月6日(水)、20日(水)
①エクセル編 14時～15時30分
②ワード編 15時30分～17時
場所 ワークラボハケ岳
内容 ワード・エクセルの初歩的な操作、ちょっとしたお困りごとの相談、サポート
定員 各講座3名
持ち物 使用しているノートパソコン
受講料 1,000円
申込方法 6月25日(水)～7月25日(金)までに電話でお申し込みください。
申込・問 DX推進課 自治体デジタル係 ☎72-2101(内線242・243)



歯科口腔健診を受けましょう ～後期高齢者歯科口腔健診～

内容 長野県後期高齢者医療広域連合では、高齢者の方の健康づくり事業の一環として歯科口腔健診を行います。
高齢になると、むせこんだり、のどにつかえたりすることが多くなり、これが原因で誤嚥性(ごえんせい)肺炎(細菌が唾液や胃液と共に肺に流れ込んで生じる肺炎)を起こすことがあります。
お口の健康は、身体の健康への第一歩です。固いものが食べにくい、入れ歯が合わない、特に自覚症状はないが、お口の状態を確認したい方など、費用は無料ですので、この機会に受診しましょう。

対象 ①昭和24年4月1日～昭和25年3月31日生まれの被保険者
(令和6年度に75歳の誕生日を迎えた方)
②昭和20年4月1日～昭和24年3月31日生まれの被保険者(令和6年度に76～79歳の誕生日を迎えた方)のうち、直近で生活習慣病に係る受診をされた経歴があり、かつ、令和6年度に歯科医療の受診がなかった方
③昭和19年4月1日～昭和20年3月31日生まれの被保険者
(令和6年度に80歳の誕生日を迎えた方)

健診費用 無料
※健診により治療が必要になった場合、その治療費は本人負担となります。
健診期間 令和7年7月1日(火)～令和7年12月30日(火)
持ち物 受診券、被保険者であることを示す証明書(マイナ保険証、資格確認書等)、お薬手帳(無い場合は、不要です)
申込方法 6月下旬に対象者に対し、案内通知と受診券を送付します。
対象医療機関へ直接予約をお願いします。
申込・問 長野県後期高齢者医療広域連合 保健事業室 ☎026-229-5320

