

**能代市高齢者
買い物優待事業**

この事業は、市内在住の65歳以上の方が、協賛店で買い物をするときに介護保険証や運転免許証など年齢が分かる証明書を店に提示することで、各店舗でさまざまなサービスを受けることができます。

買い物をつなぐきっかけに、地域と健康づくりを応援する事業です。ぜひ協賛店と優待をご利用ください。

●協賛店を募集中です！

協賛店を随時募集しています。詳しくは、市ホームページを確認するか、お問い合わせください。

問 長寿いきがい課

TEL 89・2156

協賛店は、現在51店舗となりました！(12月4日現在)。協賛店、詳しい優待内容などは、市ホームページで紹介しています。



**歯周病検診・
後期高齢者歯科健診
無料受診券**

令和5年度の歯周病検診無料受診券・後期高齢者歯科健診無料受診券は、もう使いましたか。無料受診券の有効期限は、令和6年2月29日(木)です。ぜひ、この機会に歯周病検診・後期高齢者歯科健診を受けましょう。

医療機関へ電話予約してから受診をお願いします。

問 健康づくり課

TEL 58・2838

歯周病検診無料受診券該当者

- 40歳 (昭和57年4月2日～58年4月1日生)
- 50歳 (昭和47年4月2日～48年4月1日生)
- 60歳 (昭和37年4月2日～38年4月1日生)
- 70歳 (昭和27年4月2日～28年4月1日生)

後期高齢者歯科健診無料受診券該当者

- 75歳 (昭和22年4月2日～23年4月1日生)

**フレイルチェック
測定会**

筋肉量や体脂肪量などの体成分を測定してみませんか。あわせてミネラル量やタンパク質も確認できます。今の自分の体の状態を知り、フレイル(虚弱)や低栄養を予防しましょう。当日は、保健師や管理栄養士が健康相談に対応します。お気軽にご相談ください。

※測定の前2時間前までに食事を済ませることをお勧めします。

●本庁舎

日 1月10日(水)午前10時～11時 30分

人 先着12人

申 1月9日(火)までに電話で

●向能代公民館

日 1月11日(木)午前10時～11時 30分

人 先着12人

申 1月10日(水)までに電話で

くまがわこ

問 市民保険課 TEL 89・2159



119の相談会

悩み事や不安な気持ちを一人で抱えていませんか。臨床心理士がじっくりお話を聴きます。秘密は厳守しますので、お気軽にご相談ください。相談は無料です。本人だけでなく、家族の方でも相談してください。

日 1月15日(月)午後2時～4時

場 中央公民館

申 電話で

※定員になり次第締め切り。

問 健康づくり課

TEL 58・2838

ピアカウンセリング

障がいのある方がピアカウンセラーとなり、自身の経験に基づいた話や思いを伝え合う場です。1月は「内部障害」「視覚障害」のピアカウンセラーが対応します。

日 1月13日(土)午後1時30分～3時

場 問とらいあんぐる

TEL 89・6333

FAX 89・6335

県新型コロナ総合案内

発熱時の受診相談や陽性判明後の体調急変時の相談などにご活用ください。

午前8時～午後5時 TEL018-895-9176

午後5時～翌午前8時 TEL018-866-7050

※診察の際は医療機関へ事前に必ず連絡を



LINE 相談

**認知症サポーター
養成講座**

認知症の症状や認知症の人への接し方、家族の支援方法などについて学びます。

受講者には、認知症サポーターの証となるオレンジカードとオレンジバッジをお渡しします。

日 1月18日(木)午後1時30分～3時

場 本庁舎会議室1

定 先着10人

問 長寿いきがい課

TEL 89・5355

