

平成29年9月15日号

# 区政報告

発行所：品川区議会公明党

住所：品川区広町2-1-36 品川区役所5階

お気軽に、ご意見・ご感想をお寄せ下さい。

■議会控室：広町2-1-36 品川区役所議会棟5階

■電話：03-5742-6817

■ファックス：03-3774-3366

■Eメール：info@shinagawa-komei.org

■HP：http://www.shinagawa-gikaikomei.org/



## 9/18は敬老の日 いつまでもお元気で！ 品川区の高齢者支援

9月18日は敬老の日。品川区には100歳を超えたお年寄りが、146人もお住まいです。区では、お年寄りがいつまでもいきいきと過ごせるよう様々な支援策を実施しています。

### ●仲間と元気にレクリエーション！

#### 【いきいきカラオケ広場】

5人以上のグループ登録で、区内のカラオケルームを割引価格で利用できます。



#### 【いきいき健康マージャン広場】

月に数回、マージャン教室を開催。初心者向けのコースもあるので安心して楽しめます。

#### 【スポーツを楽しむ】

区立体育館などで、水泳やフィットネス、シルバー

ピンポンなど、高齢者でも安心して楽しめる教室が開かれています。

### ●いつまでも生涯現役！

#### 【品川シルバー大学】

趣味や教養を深めるための様々なコースを設置。半期ごと～3年間と、継続して学ぶことができます。

#### 【シルバー人材センター】

登録した会員の方に、軽作業や清掃、庭仕事など希望に沿ったお仕事を紹介しています。

### ●日々の健康づくりでいきいき！

#### 【大崎ゆうゆうプラザ・平塚橋ゆうゆうプラザ】

入浴サービスや健康増進室（マッサージ機・電位治療器）を利用できます。

#### 【しながわ出会いの湯】

毎週木曜日、区内銭湯でのプログラムに参加すると無料で入浴ができます。



## 簡単な読み書き計算でトレーニング いきいき脳の健康教室

脳機能の維持・改善・活性化を目指して、簡単な読み・書き・計算で脳をトレーニングする「いきいき脳の健康教室」の受講生を募集します。週1回の教室で30分程度のトレーニングと、毎日10分の自宅学習を行います(10月下旬～3月の全20回)。参加者からは「意欲が湧くようになった」「物忘れが少なくなった」といった声をいただいています。

【対象】65歳以上の方、各会場20人程度(抽選)

【開催曜日と会場】《火》荏原(荏原6-2-8)、関ヶ原

(東大井6-11-11)《水》品川(北品川3-11-16)

《木》ゆたか(豊町3-2-15)

《金》大井(大井3-7-19)、八潮(八潮5-9-11)

【費用】月額2,600円(教材費含む)

【申込】9月25日(月)までに電話で本人が申込

【申込・問合せ】高齢者地域支援課 介護予防推進係

☎5742-6733

## 認知症の方もご家族もお気軽に 認知症カフェ

区では、認知症になっても安心して暮らし続けられる街を目指して「認知症カフェ」活動を応援しています。「認知症カフェ」は、認知症の方や、そのご家族(介護者を含む)、地域の方、専門職など誰もが集えます。カフェでは、認知症に関する知識の普及や相談、家族同士の情報交換、認知症の予防や悪化の防止などの活動を主に、気軽にゆっくりと過ごせる場を提供しています。現在、区内12か所でカフェが開かれています。ぜひご参加ください。



▲このマークが目印です

※「認知症カフェ」の場所・開催日・参加費用など詳細は品川区ホームページをご確認ください。

【問合せ】高齢者福祉課保健医療・認知症対策係

☎5742-6802