

敬老祝金と祝品を支給します

高齢者の長寿をお祝いし、祝金と祝品を支給します。

敬老祝金について、前年度は新型コロナウイルス感染予防のため、口座振込により支給しましたが、令和5年度は原則、住んでいる行政区を通じて行います（申込不要）。

●対象者

◇敬老祝金 75歳以上の人

◇敬老祝品 88歳の人、100歳以上の人

※8月31日(木)時点で本市に住民登録がある人が対象

※年齢は令和6年3月31日(日)時点

●敬老祝金の額

| 対象年齢 | | 金額 |
|--------|--------|-------|
| 令和4年度 | 令和5年度 | |
| 75～83歳 | 75～84歳 | 3000円 |
| 84歳 | — | 4000円 |
| 85～93歳 | 85～94歳 | 5000円 |
| 94歳以上 | 95歳以上 | 1万円 |

※対象者の増加に伴い、支給内容を見直しました。

●問い合わせ先 すこやか長寿課長寿支援担当 ☎(580)1859

健康栄養教室 ～フレイル予防・改善編～

フレイルとは、加齢に伴い心身の活力が低下し、要介護の危険性が高まった状態をいいます。

フレイルの要因には、低栄養や口と歯にまつわるトラブルがあります。この教室では、フレイルを予防・改善し、いつまでも元気に楽しく過ごすための栄養・食生活、口と歯の健康を保つポイントについて、管理栄養士および歯科衛生士が話します。

●日時

| テーマ | 期日 | 時間 | 会場 | 申込期限 | 内容 |
|---------|-----------|------------|--------------|-----------|----------------------------------|
| 低栄養 | 9月26日(火) | 午後2時～3時半 | 中央コミュニティセンター | 9月25日(月) | 低栄養やフレイルを予防・改善する食生活に関する講話、レシピの紹介 |
| お口と歯の健康 | 9月15日(金) | 午後1時半～3時 | すこやか交流プラザ | 9月14日(木) | 口と歯の機能を低下させないための口腔ケアに関する講話 |
| | 10月24日(火) | 午前10時～11時半 | 南コミュニティセンター | 10月23日(月) | |
| | 11月22日(水) | | 中央コミュニティセンター | 11月21日(火) | |

●定員 各日24人（申込多数の場合は新規優先のうえ抽選）

●申込方法 ◇電話◇窓口◇はがき（「健康栄養教室申し込み」・住所・氏名（ふりがな）・電話番号を記入）

●申し込みと問い合わせ先

健康課健康長寿担当 [〒816-0932 瓦田4-2-1 すこやか交流プラザ内] ☎(501)2222