

見えない・見えにくい皆さんへ 生活を便利で快適にしませんか

日時 令和7年1月19日(日)
午前10時～午後4時

会場 プラザきくる2階多目的エリア

内容 支援機器の体験：拡大読書器・音声読書器・音声図書再生機・IT機器・遮光眼鏡、便利グッズ類など

各種相談：白杖・ガイド歩行、補装具・日常生活用具申請、読書や情報アクセス、日常での困りごとなど

※申込不要、直接会場へ

県視覚障害者情報支援センター
(☎054-253-0228 午前9時～午後5時、Eメール:info@i-center-shizuoka.jp)

がんに関する悩み相談ください 出張がんよろず相談

日時 令和7年1月30日(木)
午後1時～4時

会場 プラザけやき

相談員 医師、看護師、ソーシャルワーカー

内容 がんに関する疑問や不安、悩みの相談

定員 4組※先着順

申込期間 令和7年1月9日(木)～23日(木)

申込方法 下記へ電話で申し込み

申・問 県立静岡がんセンターよろず相談 (☎055-989-5392)

健康のプロから学ぶフレイル予防 ～元気に過ごせる秘訣～

日程 ①令和7年2月6日(木)
②2月20日(木)③2月27日(木)
※全3回講座

時間 午後1時30分～3時

会場 プラザけやき

講師・内容 ①リハビリサポート医(リハビリサポート医からのアドバイス)②歯科衛生士(口の健康チェック)③管理栄養士(シニア向け簡単クッキング)

定員 20人※先着順

申込期限 令和7年1月31日(金)午後5時

申込方法 下記へ電話で申し込み

申・問 長寿介護課高齢者福祉係 (プラザけやき内☎37-1254)

輸血のための血液が必要です 献血に協力をお願いします

日時・会場 令和7年1月7日(火)
午前9時30分～11時 中央公民館
午後0時30分～4時 JA遠州夢咲本店

健康づくり課保健医療係
(プラザけやき内☎37-1112)

誰でも参加できる地域の居場所 「またきてカフェ」を開催

●またきてカフェ『和』

日時 令和7年1月9日(木)
午後1時30分～3時

会場 小笠南地区コミュニティセンター

内容 「心+体+脳を鍛えてみんなで楽しく若返りましょう！」

定員 15人※先着順 **参加費** 無料

申込方法 下記へ電話で申し込み
※送迎が必要な人は事前に連絡ください。

申・問 松秀園 (☎63-1100)

●またきてカフェ in ウエルシア

日時 令和7年1月30日(木)
午後2時～3時

会場 ウエルシア潮海寺店調剤待合室

内容 オカリナ演奏による季節の歌、交流カフェ、福祉の話など

定員 10人程度※先着順

参加費 無料

申込方法 下記へ電話で申し込み

申・問 光陽荘 (☎36-5051)
(平日 午前9時～午後5時)

65歳からの健康づくり 牧之原健やか教室参加者を募集

体や心のフレイル(弱り)は、気づかないうちに進んでいます。これからの時間を笑顔で健やかに暮らしていくための介護予防教室です。気軽に参加ください。

日時 令和7年1月10日～3月21日の毎週金曜日※1月24日を除く(全10回)

時間 午後2時～3時30分

会場 牧之原農村婦人の家(牧之原227番地の5)

内容 菊川いきいき体操、脳トレ、健口体操など

定員 15人※先着順 **参加費** 無料

申込期限 令和7年1月6日(月)午後5時

申込方法 下記へ電話で申し込み
※動きやすい服装でお越しください。

申・問 長寿介護課高齢者福祉係 (プラザけやき内☎37-1254)

募集

invite information

常葉大学附属菊川中・高等学校 によるクリーン作戦のお知らせ

2カ月に1回程度、ごみ拾いを行っています。どなたでも参加できますので、ぜひ皆さんも参加ください。

日時 令和7年1月15日(水)
午後3時30分～(1時間程度)

集合場所 常葉大学附属菊川中高等学校 食堂前

ごみ拾いする場所 学校周辺、JR菊川駅前～菊川市役所周辺

持ち物 ごみ袋、手袋
※申込不要、直接集合場所へ

常葉大学附属菊川中・高等学校
担当:小杉(☎35-3171)

相談

Consult

交通事故の補償問題で お困りの人へ

交通事故の被害にあつて、示談をめぐる損害賠償の問題で困っている人へ、センターの弁護士が、中立・公正な立場で、当事者間の紛争解決の手伝いをします。弁護士費用は無料です。まずは、下記まで電話で予約ください。

申・問 公益財団法人交通事故紛争処理センター静岡相談室 (☎054-255-5528)

保健・福祉

health and welfare

食中毒と感染症予防のため 家族全員で2度手洗いを

冬季はノロウイルスが流行します。感染力が非常に強く、急性胃腸炎を発症するほか、食中毒の原因にもなります。感染しても症状の出ない人がいますが、ウイルスを排出し感染源となります。調理をする際には、石けんでしっかり手を洗い、食品は中心部まで加熱をして、食中毒を防ぎましょう。また、感染を避けるため、普段から家族全員で「2度手洗い」を心がけましょう。

問 県西部保健所掛川支所 (☎0537-22-3262)

※  は健康マイレージポイント対象事業です。