

楽しく介護のすすめ ~心と体の健康講座~

◎西部 受付中

【会場】中村区 中村区生涯学習センター

1/14(金) 「転ばない・歩きやすい!~歩行を助ける福祉用具~」

1/21(金) 「低栄養を防ぎ健康寿命を延ばす食事~食生活を見直そう~」

1/28(金) 「笑いは心の潤滑油! 介護予防のためのお笑い道場」

(※1/28のみ教室終了後に、プラザおしゃべりサロン開催)

◎南部 受付中

【会場】瑞穂区 名古屋市総合リハビリテーションセンター 4階大研修室

2/5(土) 「排せつ用具のあれこれ~適切な選び方と使い方~」

2/12(土) 「福祉用具でらくらく! 起き上がりと移乗」

2/19(土) 「食事介助の基本のキ~食事姿勢と介助の実践~」

2/26(土) 「介護予防のための体づくり~ろっ骨体操かきら~」

(※2/26のみ教室終了後に、プラザおしゃべりサロン開催)

◎中部 1/19(水)より受付開始

【会場】昭和区 なごや福祉用具プラザ

3/2(水) 「★転ばない・歩きやすい!~歩行を助ける福祉用具~」

3/9(水) 「ご存知ですか? 移動・移乗の負担を減らせる介護ロボット」

3/16(水) 「腰の負担を最小限に! 起き上がりと移乗」

3/23(水) 「★自宅でできる、腰痛予防エクササイズ!」

(※★ = Webでの参加も可能です)

(※3/23のみ教室終了後に、プラザおしゃべりサロン開催)

【開催時間】13:30~15:00 (個別相談会 15:00~15:30)
(プラザおしゃべりサロン 15:30~16:00)

【定員】各回20名(先着順)

【申込方法】電話または所定の申込用紙に記入し、FAX・郵送・窓口・Webにて受け付けます。

※シリーズの講座ですが、1回のみ参加もできます。
※現在介護をしている方や介護に関心のある方ならどなたでも参加できます。
※「プラザおしゃべりサロン」は、介護者教室教室に参加された方が集い交流する場です。お気軽にご参加ください。

日程・内容など詳細は、なごや福祉用具プラザへお問い合わせください。
区役所などでチラシを配布しているほか、ホームページにも掲載があります。QRコードか「なごや福祉用具プラザ」で検索。



◆問い合わせ・連絡先

社会福祉法人名古屋市総合リハビリテーション事業団 なごや福祉用具プラザ
〒466-0015 名古屋市昭和区御器所通3丁目12-1 御器所ステーションビル3階
TEL (052) 851-0051 FAX (052) 851-0056



2月から敬老パス制度が変わります

1. 敬老パスの使える範囲が広がります

現在ご利用いただける市バス(メーグル含む)、地下鉄、あおなみ線、ゆとりーとラインに加え、新たに以下の交通機関が敬老パスの対象交通となります。

- ①名鉄・JR東海・近鉄の鉄道の市内運行区間
- ②名鉄バス・三重交通の路線バスの原則市内運行区間

※新たに対象となった交通機関を利用する際は、事前に敬老パスに現金をチャージし、チャージした敬老パスでご乗車ください。後日運賃相当額を登録口座へお振り込みします。

※市バス・地下鉄などの従来の交通機関の利用方法はこれまでどおりです。

2. 利用上限回数が設定されます

有効期間内にご利用いただける回数が730回までになります。この回数に到達した方は、到達日から約2週間後、敬老パスでの乗車ができなくなります。

利用回数は敬老パスコールセンター(052-766-5500 月曜~金曜(休日除く)午前9時~午後5時15分)で確認することができます。また、365回、630回に到達した際には、お知らせを送付します。

※令和4年2月1日以降の利用から利用回数を計算します。

預けて安心!

自筆証書遺言書保管制度のお知らせ

令和2年7月から全国の法務局で自筆証書遺言書保管制度をご利用いただけるようになりました。

遺言者自身が作成された遺言書を法務局が遺言者に代わって保管することで、紛失や親族による遺言書の内容の改ざんなどの心配がなくなります。

自筆証書遺言に求められる方式についても法務局職員が確認しますので、安心です。

また、遺言者が希望すれば亡くなられた後に、相続人等に対して法務局で遺言書を保管していることが通知されます。

なお、遺言書の保管申請の手数料は一律「3,900円」です。

手軽で自由度が高い、自筆証書遺言書保管制度をぜひご利用ください。

予約方法

24時間インターネット上から予約できます。

《法務局手続案内予約サービス専用ページ》

<https://www.legal-ab.moj.go.jp/houmu.home-t/>



お問い合わせ先

名古屋法務局供託課 TEL (052) 952-8074

あなたの大切な遺言書を守ります



遺言書はかんがる!

名古屋市鯉城学園学生募集

「学ぶ門には友来る」を合言葉に、鯉城学園の学生・卒業生は、たくさんの学友と、学びに社会参加にと励んでいます。

名古屋市在住で60歳以上の方(昭和37年4月1日以前にお生まれの方)を募集しています。詳しくは入学案内をご覧ください。学園までお問い合わせください。この機会にぜひご応募ください。

◆募集内容

コース・専攻(募集人数)

- 環境専攻(31)・国際専攻(12)・健康専攻(14)・生活専攻(19)
- 福祉(福祉)専攻(35)・福祉(音楽)専攻(17)・園芸専攻(0)
- 陶芸専攻(4)・美術専攻(26)・地域専攻(24)・文化専攻(2)

※募集人数を超えた場合は抽選となります。

※応募人数は今後変更になることがあります。

願書受付期間 令和4年1月17日(月)~令和4年2月28日(月)

(申し込み手続きは入学案内に記載してあります)

授業料年額 48,000円(別途実習費、学生会費等自己負担あり)

◆入学案内の配布

区役所福祉課、生涯学習センター、福祉会館、区社会福祉協議会、同学園他

◆問い合わせ先

名古屋市鯉城学園 事務室

〒460-0008 名古屋市中区栄一丁目23-13 伏見ライフプラザ7階

TEL (052) 222-7521 FAX (052) 222-7523

“世界寺子屋運動”書き損じはがきキャンペーン

1枚のはがきが子どもたちの未来を変える

2月末までに老人クラブを通じ、各老連へお寄せください



書き損じはがきキャンペーン「ポストにはがきちゃん」

うっかり書き損じてしまった郵便はがき、未使用の切手やプリペイドカードなど、ご家庭に眠っているタンス遺産が募金にかわり、子どもたちや大人の学ぶ機会が広がります。

世界には貧困や紛争、学校が近くにないなど、さまざまな理由で学校に通えない子ども(6~14歳)が約1億2100万人、文字の読み書きができない大人(15歳以上の成人)が約7億7300万人います*。*UNESCO GEMR2020

あなたの書き損じはがきが、文字を識る喜びとなり、子どもたちを笑顔にします。1枚でも多くのはがきの回収にご協力願います。



※ただし、はがきは未投函のものに限ります。

※新型コロナウイルスの影響により、整理作業が遅れが生じております。ご寄付の集計・お礼状が送れますこと、あらかじめご了承ください。

“世界寺子屋運動”名古屋実行委員会