

生き生きクラブ参加者募集

生き生きクラブでは、ボラン
ティアのシルバリーハビリ体操
指導士と一緒に、介護予防のた
めに考えられたシルバリーハビ
リ体操を行います。この体操は、
だれでも簡単にできますので、
体力に自信のない方も安心して
参加できます。

足腰の筋力を維持する体操だ
けでなく、飲み込む力を強化す
るえんげ体操や、発声練習など
を通して体全体を整え腰痛や肩
こりを予防します。

毎回参加者から大好評の体操
です。ぜひ体験してみませんか？

▼開催場所：谷和原公民館

▼開催日時：毎週火曜日（9月
上旬～3月下旬）の午前9時
45分～午前11時30分

※お申し込みいただいた方に
は、後日詳しい案内を郵送し
ます。

※自家用車などの手段を用いて
自力で来られる方はご協力くだ
さい。

▼対象者：市内在住の65歳以上
で、要支援・要介護認定を受
けていない方

▼定員：100人

▼送迎：交通手段のない方へ行
政バスによる送迎を行います。

希望する方は申し込み時にお
伝えください。

※行政バスの定員は60人です。
定員になり次第締め切ります。

※停留所、時間などは後日お知
らせします。

高齢者のための無料歯科検診を実施します

高齢者の口腔機能の低下や肺
炎などの疾病を予防するため
に、無料の歯科健康診査を9月
1日（水）～12月31日（土）（歯科医療
機関の休診日を除く）に実施し
ます。

■対象者

後期高齢者医療被保険者で、
次の①～③のいずれかに該当す
る方

①昭和15年4月1日～昭和16年

3月31日生まれの方

②昭和10年4月1日～昭和11年

3月31日生まれの方

③昭和5年4月1日～昭和6年

3月31日生まれの方

※8月に、対象となる方に歯科
健康診査のご案内を送付します。

■受診場所

歯科医師会所属で、本事業を
実施する歯科医療機関。実施歯
科医療機関については、茨城県
後期高齢者医療広域連合にお問

▼参加費：無料

▼申し込み先：介護福祉課（伊
奈庁舎）窓口または電話でお
申し込みください。

▼申し込み開始日：8月2日（火）

問 伊奈庁舎介護福祉課 ☎58
2111（内線4306）

い合わせください。

■受診回数

1年度につき1回

■実施方法

ご案内が届きましたら、同封
してある、実施歯科医療機関一
覧表の中からご希望の歯科医院
に予約し、「被保険者証」「歯科
健康診のご案内」「受診票」「健康
手帳」「歯ブラシ」を持って受
診してください。

※「問診票」は事前にご記入く
ださい。

■健診内容

問診、口腔内の状態の検査や、
口腔機能の評価など
※受診料は無料ですが、歯科健
診に引き続き治療を行う場合に
は別途料金がかかります。

【問い合わせ先】

茨城県後期高齢者医療広域連
合 事業課（029-309
-1212）

学校給食センターを新たに整備します

市では現在、伊奈・谷和原両
学校給食センターにおいて、市

内の小学生と中学生に学校給食
を提供しています。

今回、両施設の老朽化が進ん
でいることや、みらい平地区を
中心とする児童・生徒数の増加
に伴い、現在の施設ではまかな
いきれないことが想定されるこ
とから、新たな学校給食センタ
を整備することとなりました。

新設学校給食センターは、市
立幼稚園への給食を新たに含
め、1日に6500食を調理可
能な学校給食センターを中原地
区に建設し、平成30年4月の供
用開始を目標に進めています。

新設学校給食センターの完成イメージ



問 教育委員会学校教育課 ☎58
2111（内線7101）

