

測って、学んで、動いて、食べて！まるごと健康体験
ちがさき健康チャレンジフェスタ 2025
 8/31(日)10時～15時@市役所

「ちがさき健康チャレンジ」アプリ登録会 当日受付

「ちがさき健康チャレンジ」に参加し、期間中に歩いて獲得できる「えぼし麻呂ポイント」に応じて、抽選でプレゼントがもらえます。チャレンジに参加するためのアプリ登録をサポートします。

時間 10時～15時 場所 市役所本庁舎市民ふれあいプラザ
 対象 市内在住・在勤・在学の18歳以上でスマートフォンをお持ちの方

食育講演会 「野菜を楽しみ、もっと健康に！」 参加者プレゼント / 申込制

健康で過ごすために、一日350g以上の野菜を食べることが奨励されています。野菜の魅力を生かした楽しみ方を紹介します。

時間 13時30分～15時 場所 市役所本庁舎会議室3～5
 講師 キューピー株式会社講師 対象 概ね18歳以上80人(先着)
 申込 8/1(金)～28(木)

スマートフォンアプリ「マイME-BYOカルテ」を活用して、楽しみながら健康づくりができる「ちがさき健康チャレンジ」が9/1(月)からスタートします。これに合わせて、アプリ登録会や体力測定会などのプレイベントを開催します。

保健所健康増進課 ☎(38)3331

3033体力測定会 申込制 / 参加者プレゼント /

県では1日30分、週3回、3か月間継続して運動やスポーツを行い、習慣化する「3033運動」を推進しています。自身の体力に合った運動を続けるために、まずは今の体力を測定しましょう。

時間 10時、10時40分、11時20分、13時30分、14時10分 (各回30分) 場所 市役所本庁舎市民ふれあいプラザ

内容 握力、長座体前屈、2ステップテスト、片足立ち上がりテスト

対象 小学生以上各回20人程度(先着) 申込 8/1(金)～28(木)



「3033体力測定会」に参加した方に、ウォーキングに便利なウエストポーチをプレゼント

「姿勢が変われば、未来が変わる！」～子どものための姿勢改善講座～ 申込制

時間 10時～11時 場所 市役所本庁舎会議室3～5 講師 野尻綾乃さん (ME-BYOスタイルアンバサダー/整形外科専門医) 対象 年長～小学4年生の親子20組(親1人に子ども3人まで)(抽選) 申込 8/1(金)～15(金)



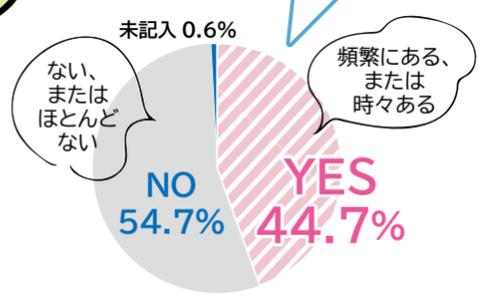
フェスタ

市内高齢者にアンケート実施
認知症と共に生きよう

高齢福祉課 ☎(81)7163

9月は認知症月間です。市民を対象にした認知症に関するアンケート※では、高齢者の約半数が物忘れや認知機能の低下を感じており、認知症への不安を持つ方が多いことが分かりました。自分や家族のこれからのために、認知症になっても安心して暮らせる茅ヶ崎を目指しませんか。

物忘れや認知機能の低下を感じることもある



※2024年12月、65歳～84歳の市民3000人を対象に実施(有効回答数1782件)。結果は市HPに掲載

アンケート結果を踏まえた認知症対策

- 知っている相談先は医療機関や地域包括支援センターが多く、約3割の人が相談先を知らない。
- 地域で気軽に相談や交流、情報交換ができる認知症カフェ、家族会などの支援を知る人が少ない。
- 「地域の見守り・支え合い」「介護・福祉サービスの充実」「認知症の理解」など、地域全体での取り組みが必要。

- 相談先を知っておくことで認知症の早期発見・対応へ
- 一人で悩まない 本人や家族の支援も
- 認知症になっても安心して暮らせる地域に

ちがさき認知症月間

認知症月間にあわせて、認知症への理解を深める取り組みを紹介します。

講演会「親のこと、子どものこと、自分のこと」～「困った」の前に知っておきたい成年後見制度～

認知症や障がいなどにより判断能力が不十分な方の生活を支援する成年後見制度について学びます。

日時 9/15(月・祝)10時～12時 場所 市役所本庁舎会議室3～5 講師 渡辺和也さん(行政書士)
 定員 100人(先着) 申込 8/1(金)～9/5(金)
 問合せ 成年後見支援センター ☎(81)7230

認知症サポーター養成講座

認知症になっても安心して暮らせるまちづくりのために、認知症を正しく理解して、地域で認知症の方やそのご家族を見守るサポーターの養成講座を実施します。

日時 9/27(土)14時～16時 場所 市役所分庁舎A・B会議室
 講師 大木教久さん(認知症サポート医) 定員 50人(先着)
 申込 8/1(金)～9/19(金) 問合せ 高齢福祉課 ☎(81)7163

その他、市HPで地域包括支援センター、地域の認知症カフェ、家族会等、地域の取り組みなども紹介。
 ※8面に関連イベント掲載



詳細・申し込み



認知症月間

広告掲載のお申し込み・お問い合わせは広報シティプロモーション課 ☎(81)7123へ

サイトはこちらから

全面リフォーム 新築二世

リフォームで新築同様に生まれ変わります！
 簡単な修繕から新築・建替え なんでもご相談ください！

一級建築士事務所 福岡ホーム建設株式会社 0120-421-412

〒253-0002 茅ヶ崎市高田4-4-5 営業時間:8:00～17:00 定休日:火曜日・水曜日
 特定建設業許可番号 神奈川県知事許可 第28712号 一級建築士神奈川県知事登録第12631号

茅ヶ崎 霊園 湘南公園墓地

公益財団法人 運営の公園墓地

全てのお墓を公益財団法人湘南公良豊が責任をもって管理いたします。

湘南公園墓地はあなたに合った様々なお墓をご提案いたします。
 お墓の継承に不安のある方 ◆庭園型樹木葬 ◆豊富な石材種・デザイン

他にも施主様のご意向に沿った様々なお墓をご提案致します。

石材店販売事務所 0120-17-8460

営業時間 8:30～17:30 (土日祝祭日) 9:00～16:00
 ※9/27からは8:30～16:30
 ●事業主体/公益財団法人 湘南公良豊 ●所在地/神奈川県茅ヶ崎市下寺尾542/下寺尾800番地
 ●営業許可番号/神奈川県指生衛 第414号/茅ヶ崎市保健所指生 第296-2号

2025年 6月17日(火)～8月24日(日)

吉田耕三と北大路魯山人 うつわの彩り

茅ヶ崎市美術館 Tel.0467-88-1177

開館時間 10時～17時(入館は16時30分まで)
 休館日 月曜日(7月21日、8月11日は開館)、7月22日(火)、8月12日(火)
 観覧料 一般…1000円、市内在住65歳以上…500円ほか

第2回心のバリアフリー川柳
 (学生の部)中学生の作品

- こえかける あなたの勇気が おもいやり(バリア破郎)
- 君の言葉に 勇気もらえる ひとがいる(チワフ)
- おもいやり みんながすれば いい気分 (おもいやり)
- 真つ暗で いつもきこえる 声かけが (ひよの)