

はつらつ

健康・福祉特集号

市では、平成24～26年度を期間とした「第5期佐倉市高齢者福祉・介護計画」を策定しました。この計画では、佐倉市は平成26年に高齢化率27%（3.7人に1人）と推測されています。

佐倉市は、現役世代にとって住みやすく、また、高齢期を迎えても、老後を地域で心豊かに過ごしていただくため、健康づくりや生きがいがづくり、医療・介護・福祉サービスの充実を進めます。今回は、健康・福祉に関する主なサービスについてご紹介します。



- 1 仲間と一緒にいきいき活動
- 2 いきいき健康づくり・相談
- 3 知っておきたいサービス
- 4 介護が必要になったときは

1 仲間と一緒にいきいき活動

仲間づくり・生きがいがづくり

健康増進・社会参

問 高齢者福祉課 ☎ (484)

《市内公民館》

市内公民館では、775団体の市民サークルが趣味・教養の学習やボランティア活動などを行っています。また、仲間づくり、生きがいがづくり、まちづくりの場として、公民館主催の市民大学や各種講座を開設しています。まずは仲間づくりから！お気軽にご相談ください。

- 中央公民館 ☎ (485) 1801
- 志津公民館 ☎ (487) 5064
- 臼井公民館 ☎ (461) 6221
- 根郷公民館 ☎ (486) 3147
- 和田公民館 ☎ (498) 0417
- 弥富公民館 ☎ (498) 0860

中央公民館 佐倉市民カレッジ

● 概要

4年制の市民大学。1年生・2年生は「であい課程」で一般教養等を学び、3年生・4年生は「専攻課程」で、福祉・歴史・情報・元気の分野に分かれて学ぶ。

期間	5月～2月・4年間
日数	年間35日程度 (来年度新入生は主に金曜日)
対象	40歳～59歳…20人
定員	60歳以上…80人
費用	年10,000円(別途実費負担有り)
募集	「こうほう佐倉」3月1日号

● 卒業生の活動紹介



「影絵塾9」平成16年に9期生有志で発足。主に幼稚園、保育園で影絵を公演。手作りの人形が好評です。

▶ 老人福祉センター（大篠塚1587）

舞台付き147畳の大広間をはじめ、教養娯楽、大小2つの浴室などがあり、各種主催事業も行う。高齢者の皆さんの団体活動支援のため、大型バス

▶ 老人憩の家「うすい荘」「千代田荘」「志

高齢者の集会、趣味活動の場を提供します。

▶ レインボープラザ佐倉（鍋木町198-2）

高齢者福祉作業所、シルバー人材センター、センター、佐倉国際交流基金の活動拠点となる

▶ 高齢者福祉作業所（鍋木町198-2）

就労や収入につながる技術の習得を目的とし、竹工芸・刺繍・園芸などの講座を開催している

▶ 高齢者クラブ

高齢者クラブは、町会や自治会等の単位で結成されたグループです。市内在住の60歳以上のかたなら、どなたでも参加できます。現在、市内64のクラブで約3000人が活動をしています。

主な活動…グラウンドゴルフ大会（5月、11月）将棋大会（8月）、運動会（10月）、ボウリン、康づくり事業など

志津公民館 しづ市民大学

● 概要

「しづ学入門」「地域健康学」「くらしの情報学」「おやじの食事学」などのコースからいずれかを選択して申し込み。

期間	5月～2月・1年間
----	-----------

● 卒業生の活動紹介



長寿のお祝い

問 高齢者福祉課 ☎ (484)

《敬老会の開催》…75歳以上のかたを対象に、地域のふれあい・交流の場として、市内には、佐倉市の社会福祉協議会等からご連絡し