

# まるけあ 長田

『まるけあ長田』のご愛読や各種講座へのご参加など、2024年もありがとうございました！  
2025年も長田地域に元気とパワーをお届けしてまいります。引き続きよろしく願いいたします！

今年度もやります！

## 脳無料の健康テスト

無料

定員  
40名

年に一度、脳の健康チェックをしませんか？  
テストと認知症予防講座がセットになった企画です。

【1日目】

2/5 (水)

10:00~11:30

【2日目】

2/19 (水)

10:00~12:00

※2日間ご参加ください！

### ●脳の健康テスト

記憶・注意・言語・視覚空間認知・思考の5つの機能を測る検査です。  
検査時間は50分程度。スクリーンをみながら一斉に行います。  
テスト結果は2/19にお渡しします。

【2/19 参加予定団体】

- 静岡市長田生涯学習センター
- 静岡市シルバー人材センター
- 静岡市用宗老人福祉センター

### ●脳の健康テスト結果返却

### ●認知症予防講座

『認知症予防14項目』など最新情報をお伝えします。

### ●つながりたい方相談会

サークル活動やボランティア、仕事をしたい！という方のための相談会を同時開催します。

場所：静岡市長田生涯学習センター（駿河区寺田131-1）

対象：おおむね60才以上で認知症の診断を受けていない方

申し込み開始 **1/20 (水) 10:00~**

**☎054-268-5080** (まるけあ長田)

毎年人気の企画です。お申し込みはお早めに！

長田東団地で新しく始まりました！

## しぞ〜かでん伝体操



12/11に体験会が行われました♡

残すところあと2回！みんなで楽しく学びましょう！

## 次回おさだっぷは『お金の授業』です

日時：1/23 (木) 10:00~12:00

場所：長田生涯学習センター

講師：天野FP (ファイナンシャルプランナー)

今回のおさだっぷは、『子どもに迷惑をかけないための相続や遺言』がテーマです。  
お申し込み、お待ちしております！！

裏面をみてね



天野FP

長田行進曲

第六話

イラスト 餅月 崇



@OSADA.HOUKATU

# 静岡市駿河区長田地域包括支援センター

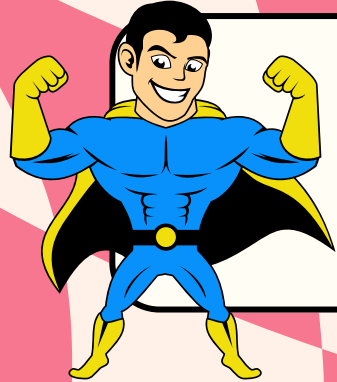
駿河区みずほ2丁目12-7

☎054-268-5080

📢 12/28 (土) ~ 1/5 (日) 年末年始のためお休みです



《HP》



おさだWELL-BEING教室

おさだPOWERUP☆

# おさだっぷ

おさだWELL-BEING教室 "おさだっぷ" は

人生に起こり得る《様々な変化》を自分らしく乗り切るチカラをつけるため『頼れるその道のプロ』をお招きして学ぶ、座談会形式の気軽で楽しい教室です♪

日程	テーマ&講師	申し込み開始日
8/22 (木) <small>大盛り上がり</small>	高齡ドライバー安全運転教室 『フレイル予防と安全運転を一緒に考える』 健康寿命と運転人生を延ばすコツを教えるプロ NPO法人びくにっす 理事長 前島 るみ子 さん	受付中! <small>満員御礼</small>
9/19 (木) <small>大盛り上がり</small>	『話しちゃいます! 私の介護の失敗談& 被災地支援で役立つ! 介護食の作り方』 管理栄養士、防災士 在宅介護から看取りまで経験者 向坂 智子 さん	受付中! <small>満員御礼</small>
10/24 (木) <small>大盛り上がり</small>	『自分史づくりと生きがい探し』 ~認知症にならないうためのコツ、教えます~ 長田地域包括支援センター 看護師 石橋 明日香	受付中! <small>大人気! 定員大幅オーバー!</small>
11/21 (木) <small>大盛り上がり</small>	『人生の終着駅 どこでどんなふうを迎えたいですか?』 ~人生の最終段階のケアについて考えましょう~ 静岡市社会福祉協議会 訪問看護ステーションしずおか 管理者 さっか 栗冠 弘美 さん	受付中! <small>50名近くのお申し込みいただきました!</small>
12/19 (木) <small>大盛り上がり</small>	『死の授業』 ~どんな風に死にたいか? どんな風に生きたいか~ 拈華山(おんげさん) 龍津寺(りゅうじんじ) 住職 勝野 秀敏 さん	受付中! <small>参加人数どんどん増えています!</small>
1/23 (木)	『お金の授業』 ~子どもに迷惑をかけないために 相続・遺言編~ ファイナンシャルプランナー 天野 FP さん	受付中!
2/20 (木)	『もしもの時、ペットのことはどうしましょう?』 ~飼い主もペットも、最期に不幸にならないために~ 静岡NPO法人 その小さないのちを守りたいプロジェクト 代表 佐野 友美さん	受付中!

~各回共通事項~

静岡市エンディングノートを使います。  
お持ちでない方には当日お渡しします♪



先着順!  
定員20名

会場：長田生涯学習センター (駿河区寺田131-1)

時間：10：00～12：00 [受付 9：30～]

1回だけ参加でも大歓迎! 全部参加はもっと大歓迎!

参加費  
無料

申し込み・お問い合わせ

長田地域包括支援センター ☎ 054-268-5080

主催：駿河区長田地域包括支援センター 共催：静岡市長田生涯学習センター