

一般書 ゆっくり歩く

小川公代/著 医学書院/出版「シリーズ ケアをひらく」

文学を通じて縦横無尽に「ケア」を語ってきた著者が、パーキンソン病と診断された母に導かれて到達した新境地。

7年間にわたるケアの実践をつづるエッセイ



児童書 後世に伝えたい
世界の名作おとぎばなし

アナ・ラング/イラスト ヴァレリア・マンフェルト・デ・ファビアニス/編著
金原瑞人、安納令奈/訳 原書房/出版

世界の国々には、長い間語りつがれてきた物語があります。勇気ある子ども、不思議な動物、知恵を働かせる主人公、思いがけない出来事…。世界各地の昔話や民話をやさしい語り口で紹介



あさひの 日記帳

アジアレシピコンテストに応募しよう!



自慢のアジア料理のレシピを募集しています。
詳細は、8ページで



いきいきとした日々のために



シニアだより

費用の記載がないものは無料
申し込み方法の記載がないものは不要

いきいき講座 はじめてのイスヨガ体操教室

問 多世代交流館いきいき ☎54-8202 ID 1672



椅子を利用したヨガにより、安心して無理なく体力の向上を図り、健康寿命を延ばす

と き 10/15~11/12

(木曜日・5回) 10:00~11:30

費 用 500円(初回持参)

申し込み ●9/8(火)~9/17(木)に電話か直接
(9:30~17:00)

対 象 者 市内在住の60歳以上のかた

定 員 20人(先着)

●経験者は9/9(水)から申し込み可

高齢者世帯などの訪問調査にご協力を

問 長寿課 ☎76-8143 ID 1663

高齢者の状況を把握し、緊急時の対応などに役立てるため、9~11月ごろに訪問調査を行います。

お住まいの地区の民生委員が訪問します。

対 象 者 70歳以上の一人暮らし高齢者、
75歳以上の高齢者世帯

年金生活者支援給付金の請求手続き

問 保険医療課 ☎76-8151

年金収入とその他の所得の合計額が一定基準以下の年金受給者を支援するための給付金です。

新たに対象となるかたには、9月以降に日本年金機構から請求書(はがき型)が送付されます。

詳細は、右記
二次元コードで

日本年金機構▶
ホームページ

