

笑顔あふれる「和い輪い学級」で生きがいづくりませんか？

日時／金曜日 10：00～11：30

	日にち	内容
①	6月27日	リズムエクササイズ
②	7月25日	花おはぎ作り
③	8月22日	栄養講座
④	9月26日	館外研修
⑤	10月24日	クラフトかご作り
⑥	11月28日	手作りハンドクリーム
⑦	12月19日	ミニ門松作り

場所／片岡公民館・コミュニティホールなど

対象／在住・在勤の50歳以上の健康な方

定員／16人

*申込多数の場合は抽選。

結果・持ち物はハガキでお知らせします。

参加費／無料

*材料費などは実費負担

申込方法／5月30日(金)までに、申込フォームまたは電話・窓口でお申し込みください。

申込・問い合わせ／

片岡公民館 ☎(48) 0101

*月曜・祝日休館



申込フォーム

認知症カフェ 「おたがいさんカフェ」に参加しましょう

認知症カフェは、認知症の症状がある方やご家族、認知症を予防したい方、地域の方など、どなたでも自由に参加できる集いの場です。

日時・場所／ 参加費／無料

日にち	時間	場所
5月16日(金)	14:00～16:00	ダイユー矢板店
8月21日(木)	9:30～11:30	ベイシア矢板店*
9月19日(金)	14:00～16:00	ダイユー矢板店
10月6日(月)	13:30～15:30	ヨークベニマル矢板店*
12月2日(火)	9:30～11:30	ベイシア矢板店*
2月5日(木)	13:30～15:30	ベイシア矢板店*

*まちなか保健室同時開催

内容／・5分のできる「物忘れチェック」
・脳トレプリントの配布など

申込・問い合わせ／幸齢課 ☎(43) 3896

家族介護者のつどい 「りんごの会」に来てみませんか？

日ごろ、介護で大変と感じていること、対応の仕方がわからず困っていること、誰かに話したくてもなかなか話せずに悩んでいることなどはありませんか？

日時／9：30～11：30

5月12日(月)、6月16日(月)、7月14日(月)
9月17日(水)、10月21日(火)、11月10日(月)
12月15日(月)、1月14日(水)、2月9日(月)
*10月21日はリフレッシュ研修を予定しています。

場所／保健福祉センター

申込方法／参加希望の方は、事前に電話でお申し込みください。

申込・問い合わせ／

幸齢課 ☎(43) 3896



後期高齢者健診・歯周疾患検診のお知らせ

生活習慣病や歯周病を早期発見し、いつまでも健康な生活を送りましょう。受診を希望される方は、お問い合わせください。

申込・問い合わせ／

健康増進課 ☎(43) 1118

実施方式	後期高齢者健診		歯周疾患検診	
	集団健診	個別健診	個別検診	
対象	後期高齢者医療被保険者(原則75歳以上)		令和8年3月31日時点で20・30・40・50・60歳の方	令和8年3月31日時点で70・76歳の方
料金	無料		500円	無料
実施場所	集団健診会場	市内の医療機関	市内の歯科医院	
実施期間	5～12月	5月～令和8年3月(医療機関により異なります)	5～10月	
そのほか	・集団健診、または個別健診のどちらかを受診してください。(両方は受診できません) ・がん検診は集団健診で同時に受診できます。		—	

栃木県シルバー-大学校第46期生を募集します

定員・学校説明会／10：00～12：00 *予約不要

県シルバー-大学校	定員	学校説明会
中央校(宇都宮市) ☎028(643)3390	320人	①5月28日(水) ②6月9日(月)
南校(栃木市) ☎0282(22)5325	120人	①5月14日(水) ②6月10日(火)
北校(矢板市) ☎0287(43)9010	120人	①5月15日(木) ②6月7日(土)

学習期間／2年間(10月入学～令和9年9月卒業)
おおむね週1回・1日4時間
(10：00～12：00・13：00～15：00)

授業料／年額21,100円(予定) *授業料・資料代込

応募資格／

- ①県内在住で、60歳以上(令和8年3月31日現在)の方
- ②地域活動を実践している、または地域活動に意欲がある方
- ③第25期(平成17年度)以降のシルバー-大学校を卒業していない方

*50歳～60歳未満の方でも、他の要件を満たし、市町長の推薦があれば応募できます。幸齢課にご相談ください。

募集期間／6月1日(日)～30日(月) *当日消印有効
応募方法／入学願書に必要事項を記入の上、返信用封筒と併せて、入学を希望するシルバー-大学校に持参、または郵送してください。

問い合わせ／県シルバー-大学校北校 ☎(43) 9010
幸齢課 ☎(43) 3896

6・7月の認知機能簡易検査

実施日	時間帯	場所	対象地区	実施日	時間帯	場所	対象地区
11日(水)	午前	片岡公民館	片岡1・2・3区	26日(木)	午前	泉きずな館(いこいず)	泉・上太田・東泉・ 立足・上伊佐野・下伊佐野
20日(金)	午後		通岡・前岡・後岡・ 梶ヶ沢・越畑	27日(金)	午後		片岡公民館
23日(月)	午前	保健福祉センター	矢板1・2・3区	30日(月)	午前	保健福祉センター	矢板4区・沢・豊田
	午後				午後		
				7月1日(火)	午後	片岡公民館	石関・つつじが丘・片岡南

対象／おおむね60歳以上の方

検査料金／無料

申込方法／5月23日(金)までに、電話でお申し込みください。



詳しくはこちら

そのほか／他地区の方で早めの検査をご希望の方はご相談ください。検査の所要時間は約20分です。

申込・問い合わせ／幸齢課 ☎(43) 3896

泉常設型サロンいこいず

問い合わせ／
いこいず ☎(43) 2231
社会福祉協議会 ☎(44) 3000



今月のイベント

「いこいずボランティア」



講座の準備や片付け・掃除・参加者のサポートなど、いこいずのお手伝いをしてくれる方を募集しています。お気軽にお問い合わせください。

木幡北山はつらつ館

問い合わせ／
はつらつ館 ☎(43) 6771



今月のイベント

「矢板市やさしいスマホ教室」



スマホの基本的な操作方法などを学べる教室を実施しています。市職員とボランティアの方が丁寧に教えてくれるので初めての方でも安心です。