

# 毎日の健やかな暮らしを支えます

## 後期高齢者健康診査で健康維持を

【問】健康保険課



健康に自信がある方も、医療機関受診中の方も、年に一度は健康診査を受け、疾病の早期発見・早期治療につなげましょう。集団検診のほか、医療機関健診、ドック検診でも後期高齢者健康診査を受けます。

## JOSO☆ハッピー体操で健康づくり

【問】高齢福祉課



JOSO ☆ハッピー体操は、こどもから大人まで一緒に実施することができる常総市オリジナルの体操です。筋力アップやバランス能力、歩行能力の改善・向上などの効果が期待できます。健康づくりにぜひご活用ください。

## いつでも相談できる高齢者相談窓口

【問】高齢福祉課



体調が悪いときの受診先や介護・認知症に関する相談などを電話で受け付けています。(休日・夜間も相談可)  
高齢者総合相談窓口は中学校区ごとに設置しています。

水海道中学校区：☎ 22-5352

石下中学校区：☎ 42-1105

水海道西中(北)区：☎ 24-1211

石下西中学校区：☎ 30-8283

水海道西中(南)区：☎ 38-8101

休日・夜間：☎ 080-3400-6616

旧鬼怒中学校区：☎ 23-3011

自宅で利用できる：☎ 38-8998  
医療・介護の相談

## スマホの使い方を学びませんか

【問】デジタル推進課



スマートフォン教室では、スマートフォンの基本的な操作方法を習得することができ、日常生活の利便性が向上します。  
ぜひ高齢者向けスマートフォン教室にご参加ください。

## 移動スーパー・買い物代行サービス

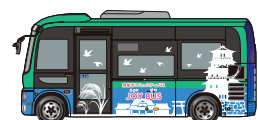
【問】高齢福祉課



お店まで買い物に行けない方を支援するため、日常の買い物を支援するサービスを実施しています。

## もっと便利に、もっと身近に

【問】都市計画課



JOYBUS は、9月から利用の多いエリアを重点的に運行するルートへ見直しました。10月からは、ふれあい号の1台増車を予定しており、より多くの方が利用しやすいサービスを目指します。

◀ JOYBUS の運行情報はこちら

## 選挙投票所への移動を支援します

【問】総務課



投票機会の確保や安心して選挙に参加できるよう、選挙時に投票所までの移動にお困りの高齢の方や障がいがある方などを対象にタクシー往復料金の支援を行います。(事前の申込が必要です)

