

内容	日にち		場所		開催時間
介護予防教室	6、20、27 日（金）		すこやか青プラザ 3 階		9:30 ～ 11:30
	13 日（金）		すこやか青プラザ 3 階		9:30 ～ 14:00
	5、12、26 日（木）		福島保健センター		9:30 ～ 11:30
	19 日（木）		福島保健センター		9:30 ～ 14:00
	12、19、26 日（木）		鷹島公民館		13:30 ～ 15:00
すっきり元気教室	毎週水曜日（11 日を除く）		すこやか青プラザ 3 階		9:30 ～ 11:00
	毎週水曜日（11 日を除く）		福島保健センター		
	毎週木曜日		ふくふく 2011		
	毎週木曜日		鷹島公民館		
内容	日にち	場所	日にち	場所	開催時間
高齢者健康教室（鷹島）	2 日（月）	原公民館	5 日（木）	船唐津公民館	13:30 ～ 15:00
	27 日（金）	黒島公民館			13:00 ～ 14:30

発見

けんこうのたね

今月のたね

社会参加してみませんか？

市内 65 歳以上の社会参加
(月 1 回以上)

ボランティア	10.7%
スポーツ	18.3%
趣味	19.6%
学習・教養サークル	7.0%
集いの場	13.5%

※調査の回答…約 3,000 人

今月の隊長

永田保健師

社会活動とは？

就労だけではなく、ボランティアや地域活動、趣味、お稽古なども含まれます。

活動することによって介護予防、心身の健康維持、生きがいづくり、孤独感の軽減につながります。

高齢期の社会参加が要介護を防ぐ鍵に

さまざまな社会参加活動に取り組むことは、要介護認定を受けるリスクを低減させることにつながると、多くの研究で示されています。

住民が主体となって取り組む「集いの場」

市内 53 カ所約 900 人が集いの場で体操、趣味活動などに取り組まれています。

孤立を防ぎ、生きがいや健康を維持・増進するための交流の場です。ぜひ参加してみませんか？

参加のお問い合わせは、長寿介護課へお願いします。

☎ 0956-72-1111（内線 193）

生前整理

遺品整理

空家整理

家財整理

私たちに
お任せください！

GOOD HOUSE

〒859-4502 松浦市志佐町里免394
☎ 0120-72-3718

ご相談・お見積り無料

地元で安心

市報まつうら 令和 8 年 2 月号

19

各種相談、イベントなどの情報

内容	日にち	場所	問合せ先
折り梅カフェ※ 1	5 日 (木)、3 月 5 日 (木)	すこやか青プラザ 4 階	長寿介護課 ☎ 内線 177
身体障害者相談	10 日 (火)	すこやか青プラザ 1 階	福祉事務所 ☎ 内線 198
出張年金相談 (要予約)	19 日 (木)	市民ホール	☎ 0956-34-1189
手をつなぐサロン※ 2	20 日 (金)	すこやか青プラザ 1 階	事務局 ☎ 090-5020-2602
身体障害者相談 (福島地区)	24 日 (火) 午前	福島保健センター	福祉事務所 ☎ 内線 198
身体障害者相談 (鷹島地区)	24 日 (火) 午後	鷹島支所	福祉事務所 ☎ 内線 198
つくしの会※ 3	25 日 (水)	すこやか青プラザ 3 階	健康ほけん課 ☎ 内線 129
就職なんでも相談 (要予約)	26 日 (木)	すこやか青プラザ 3 階	☎ 0956-25-3490

※ 1 認知症の人と家族の集い ※ 2 障害者などの支援者の集い ※ 3 ひきこもり・不登校の家族のつどい

みんなで防ぐ 消費者トラブル掲示板

問合せ先 消費生活センター ☎ 内線 180

通販での宅配荷物の置き配トラブル

最新情報は国民生活センター HP をチェック



トラブル内容

- ・ネットで注文した商品が置き配で配達完了したという通知が届いた。自宅の玄関先に荷物が置いてある証拠の写りが添付されていた。配達完了時間から 1 時間以内に玄関に取りに行ったところ、荷物がなかった。
- ・ネット通販サイトで置き配を指定して注文したが商品が届かない。配達業者から置き配の写りが送られてきたが、自宅ではない。

ひとことアドバイス

- ・ネット通販で商品を注文する際に、初期設定が置き配になっている場合があります。意図せず置き配を選択していないか、注文前によく確認しましょう。
- ・置き配を利用する場合は、注文前に利用規約をよく読み、誤配、盗難などがあった場合の補償の有無やその場合の連絡先を把握しておきましょう。
- ・宅配業者からの配達完了通知などで到着を確認したら、早めに引き取りましょう。

おかしいと思ったら、すぐに相談を！消費者トラブル以外の市民相談も受け付けています

新車がお得！ スーパー乗るだけセット

例えばダイハツミライースLSAⅢが

7年リース
月々定額 **1万円** (税抜き)

※ 税込11,000円×84回、ボーナス月64,680円加算 (年2回)



※ 写真はイメージです。

車検代、税金もコミコミ！
バッテリー、タイヤなど
メンテナンス費用もコミコミ！

0120-77-8799
AM9:00 ~ PM7:00

車楽館

平戸市田平町小手田免1255-3 第二シ・マイカーセンター

聞こえの悩み
お気軽にどうぞ

佐々町 **尚時堂**
補聴器センター

認定補聴器技能者の店

聴力測定室完備



聴力の
プロ
マナベ

■佐々ショッピング店

■マックスバリュ佐々店

営業時間/ 9:30~18:30 TEL 63-2110 営業時間/10:00~19:00 TEL 63-2235