

お知らせ  
認知症チェック  
しませんか？

▼パソコンや携帯、スマートフォンで簡単に認知症をチェックしませんか？  
認知症簡易チェックサイトには、「家族・介護者向け」と「本人向け」の2つがあります。個人情報への入力は一切不要。医学的な診断基準ではありませんが、暮らしの中の目安として参考にしてください。  
チェックの結果、ご心配な人は地域包括支援セン

認知症簡易チェックサイト

パソコンの方は下記 URL から  
<http://fishbowlindex.net/ishioka/>

携帯電話・スマートフォンの方はこちら→



ターのもの忘れ相談会を利用ください。

※利用料無料（通信料は自己負担になります）

岡市地域包括支援センター  
Tel 35・1127

歯の何でも電話相談

歯医者さんに聞けないこと、入れ歯のこと、お子さんの歯の悩みなど、歯に関する悩みや質問を無料で電話相談します（匿名相談可）。

日時：6月14日(日)午後1時～4時

岡（一社）茨城県保険医協会

Tel 029-823-7930

6月4日～10日は  
歯と口の健康習慣です

歯と口の健康に関する正しい知識の普及啓発とともに、歯科疾患の予防と早期発見、早期治療を行い、歯の寿命をのばし健康の保持増進をはかる目的で制定されました。

相談  
もの忘れ（認知症）  
相談会

▼認知症は誰でもなる可能性がある病気ですが、早期に診断や治療を受け、今後の生活や介護の見通しを立てておくことが重要です。「いつも何かをなくして探している」「ちよつとしたトラブルが一人で解決できなくなった」など、初期のサインを見逃さず、適切な対応を行うことで、進行を遅らせることができます。

市内精神科医療機関の精神保健福祉士による相談会です。訪問相談も可。

日時／6月10日・7月8日・

22日(日)午後1時30分～4時  
場所／地域包括支援センター

または訪問相談

申込方法／事前に電話申し込み  
※秘密は厳守されます。

岡市地域包括支援センター  
Tel 35・1127

公式 Twitter  
運用中！

ぜひフォローしてみてください。



@k\_ishioka  
#石岡市

相談  
土浦保健所  
保健相談

精神保健相談

▼精神の悩みに専門医が相談に応じます。

日程／6月2日(火)・19日(金)・

7月7日(火)・17日(金)・8

月4日(火)・21日(金)・9

月1日(火)・18日(金)・10月6

日(火)・16日(金)・11月20日

(金)・24日(火)・12月1日(火)・

18日(金)・1月5日(火)・15

日(金)・2月2日(火)・19日(金)・

3月2日(火)・19日(金)

※曜日により相談時間が異なります。

火 午後2時30分～4時30分

金 午後2時～4時

※都合により変更または中止になることがあります。

申込方法／電話で申し込み

岡土浦保健所 保健指導課

Tel 029・821・5516

ひきこもり専門相談

▼ひきこもりでお悩みの方に、医師等が相談に応じます。

日程／7月20日、9月14日、

11月16日、1月18日、3

月15日(日)午後2時30分～

4時30分

広告掲載欄

広告掲載欄

掲載しているイベント・募集情報については、新型コロナウイルス感染症の拡大状況等に応じて中止または変更になる場合があります。詳しくは、市ホームページにて。

6月、8月、10月、12月、2月は日にち未定午前10時～正午  
※都合により変更または中止になることがあります。  
**申込方法**／電話で申し込み  
〒土浦保健所 保健指導課  
Tel 029・821・5516  
**スマイルアップ元気会**  
▼不登校やひきこもりの家族を持つ方の交流の場になります。  
**日時**／毎月第2月曜日午後1時30分～4時  
※都合により変更または中止になることがあります。  
**場所**／土浦保健所2階大会議室  
**内容**／情報交換（グループミーティング）、ミニ勉強会など  
**申込方法**／電話で申し込み  
〒土浦保健所 保健指導課  
Tel 029・821・5516  
FAX 029・826・5961  
✉ tsuchiho05@pref.ibaraki.jp

**募集**  
**初心者**  
**ソフトテニス教室**

▼初心者を対象としたソフト

テニス教室です（計7回）。未経験者でも楽しみながら練習ができるので、ぜひご参加ください。  
※ラケットの貸し出しも行っています。  
**日時**／7月5・12・19・26日、8月2・9・23日（予備日8月30日）  
**場所**／柏原野球公園内テニス場  
**参加費**／1000円  
**対象者**／市内在学の小学4年生から在在勤の一般成人  
**定員**／50人  
**申込方法**／6月10日（土）24日（日）に参加費を添えて、石岡運動公園体育館または八郷総合運動公園の窓口で申し込み  
**問支** スポーツ振興課  
（内線1232）

**募集**  
**放送大学入学生募集**

▼放送大学では、10月入学生を募集しています。  
10代から90代の幅広い世代の学生が、大学を卒業したい、学びを楽しみたいなど、さまざまな目的

で学んでいます。  
テレビ授業だけでなく、インターネットでの受講も可能です。  
**授業科目**／  
心理学・福祉・経済・歴史・文学・情報・自然科学など、約300の幅広い授業科目があり、1科目から学ぶことができます。  
※卒業すれば学士を取得できます。  
**授業料**／  
1科目1万1000円（入学金は別）。半年ごとに学ぶ科目分だけの授業料を払うシステムです。  
※半年だけ在学することも可能です。  
※全国にミニキャンパスと云える学習センター・サテライトスペースが設置されており、サークル活動などの学生の交流も行われています。  
※資料請求は無料です。  
**出願期間**／  
第1回…8月31日まで  
第2回…9月15日まで  
**問** 放送大学茨城学習センター  
Tel 029・228・0683

登録無料・10言語対応  
広報紙がスマホで読める便利なアプリ  
ダウンロードはこちら  
  
▲ iOS  
  
▲ Android

**お知らせ**  
「いしおかフォトコンテスト」巡回展示中止  
▼5月18日（日）～7月10日（金）の開催を予定していましたが「2019いしおかフォトコンテスト」巡回展示は新型コロナウイルス感染症拡大防止の観点から中止となりました。  
詳細は市観光協会ホームページでご確認ください。  
ご理解ご協力をお願いします。  
**問** 市観光協会事務局（観光課内）  
Tel 23・7741

広告掲載欄

広告掲載欄