



知って得する!



第165号 令和7年8月発行
うめわか高齢者みまもり相談室

うめわか みまもり だより

自分のために...

「健康診査」に行こう!



～墨田区では無料で受診ができます～

「健康診査」のメリット



- ・ 疾病の早期発見・早期治療ができる!
- ・ 継続して健康状態を把握できる!
- ・ 医療費を抑制できる!



※対象者の方には、お知らせが届きます。受診する前に、受診票など書面内容の確認をしておきましょう。医療機関によっては事前に予約が必要な場合もあります。

<特定健康診査> 40歳～74歳の方

- 対象：国民健康保険に加入している方
…糖尿病や高血圧症、脂質異常症などの生活習慣病のリスクを早期発見するための健康診査です。
- 実施期間：令和7年5月12日～10月31日

<75歳以上の健康診査>

- 対象：後期高齢者医療制度に加入している75歳以上の方
…生活習慣病の予防と早期発見、早期治療を目的として行う健康診査です。
- 実施期間：令和7年7月1日～11月30日
- ◎令和7年7月から10月までに75歳以上になる方・
実施期間：令和7年11月1日～12月31日（10月末に受診票などを送付）

うめわか高齢者みまもり相談室

墨田区墨田1-4-4(シルバープラザ梅若内)

ろうごいい

☎ 03-5630-6511

FAX 03-3614-9160



うめわか

月～金 9時～17時
(秘密厳守・相談無料)
曾根・向井・本村・小島

今月のうめわか～る講座

令和7年8月25日(月) 14時～15時30分(予定)

※開始時間が通常と異なります!ご注意ください!

中学生落語「うめてら寄席」

～寺島中学校 落語研究部～

☆定員30名

令和7年8月4日(月)から受付開始(先着順)

うめわか高齢者みまもり相談室へお越しください。





認知症サポーター

ステップアップ教室

募集

認知症サポーター養成講座を受講した方へ 実習を通して学べる教室のご案内です

	日程	時間	場所	内容
第1回	10月15日 (水)	午後1時30分 ～3時30分	区役所12階122会議室	開講式、ガイダンス 講座等
第2回	11月12～ 11月26日	午後 各施設による	各施設での実習となります 詳細は、お問い合わせください(各施設2名程度)	施設実習 いずれか1ヶ所
第3回	12月10日 (水)	午後2時～4時	オレンジカフェ八広 (墨田区八広5-18-23八広はなみずき高齢者支援総合センター)	オレンジカフェ実習 いずれか1ヶ所
	12月18日 (木)	午後2時～4時	オレンジカフェ本所 (墨田区本所1-13-4 本所地域プラザ BIGSHIP/ビッグシップ)	
第4回	1月21日 (水)	午後1時30分 ～3時30分	区役所12階122会議室	グループワーク 修了式

9月29日締め切り

【申込】 高齢者福祉課地域支援係 電話 03-5608-6502

ボランティアとして活動できる認知症サポーターを養成します！

お祝い金を贈呈します(数え年米寿・喜寿)

(墨田区長寿者祝金贈呈事業)



訪問期間：9月5日～9月30日

墨田区では、米寿と喜寿の方に、お祝い金を贈呈しております。

お祝い金は、墨田区民生委員・児童委員(墨田区高齢者相談員)がご自宅にお届けします。

※墨田区民生委員・児童委員不在地区は、ご自宅に現金書留で郵送します。

米寿 (10,000円)

昭和13年1月1日～昭和13年12月31日生まれの方(数え88歳)

喜寿 (5,000円)

昭和24年1月1日～昭和24年12月31日生まれの方(数え77歳)

☆喜寿対象者の方には、事前に「ふれあい訪問のお知らせ」と「ふれあい訪問票」を郵送します。詳しくは、同封の「ふれあい訪問のお知らせ」をご覧ください。

高齢者福祉課支援係 電話 03-5608-6168



ひと、つながる。

墨田区

高齢者福祉課作成