

「歩く脳トレ」 スクエアステップ体験会

問 ㈱長久手温泉 ☎64-3511

楽しみながらできる介護予防運動です。認知機能低下を予防し、バランス能力の向上が期待できます。

時 12月10日(火)10:00～11:30

場 福祉の家2階 集会室

対 市内在住65歳以上の人 20人(先着)

内 講師 冨成祐介 ㈱長久手温泉

持 水分補給ができるもの、タオル

申 12月3日(火)11:00～㈱長久手温泉に電話で申込。

他 動きやすい服装、運動靴でお越しください。

グラウンドゴルフ体験会

問 ボランティアセンター ☎61-3434

誰でもできる簡単なスポーツ!!グラウンドゴルフを始めてみたい人向けに体験会を実施します。

時 12月15日、1月19日(日)9:00～※雨天中止

場 福祉の家 芝生広場

対 市内在住60歳以上の人 10人(先着)

他 用具は無料貸出。※数に限りがあります。

「正しい身体の使い方」 ～姿勢改善教室～

問 ㈱長久手温泉 ☎64-3511

良くない姿勢は体の不調を引き起こす原因になります。プロのトレーナーが「正しい身体の使い方」を伝えます。一緒にお悩みを解決しましょう!

時 12月20日(金)10:30～11:45

場 名古屋トヨペット長久手店(熊田125)

対 市内在住65歳以上の人 10人(先着)

内 講師 木全太一 パーソナルトレーニング PONO

申 12月3日(火)11:00～㈱長久手温泉に電話で申込。

福祉の家の施設情報

問 福祉の家 ☎64-6500

月曜日休館(祝日の場合は翌平日)

各浴室の営業

●歩行浴室(水・金・日) ●福祉浴室(火・木・土)

10:00～17:45(日・祝日は16:45まで)

長久手温泉ござらっせおよび温泉スタンドの

休業日 12月2日(月)

歩いて行こう健康測定 「血管年齢測定」

問 ㈱長久手温泉 ☎64-3511

冬になると血圧が上がりやすく、心筋梗塞や脳梗塞などのリスクが高まるほか、過度な塩分摂取は血圧上昇の原因になります。血管の状態を知り、管理栄養士と食事を見直しましょう。

時 12月13日(金)10:00～正午

(お好きな時間にお越しください)

場 ドラッグスギヤマ長久手店(武蔵塚704)

対 市内在住65歳以上の人

他 協力 ㈱ドラッグスギヤマ

緊急通報システム事業

問 長寿課 ☎56-0631

利用者が体調不良等の緊急時にボタンを押すことや人感センサーによる見守りにより、通報センターにつながり、必要に応じて救急車の手配等を行うシステムです。緊急事態と判断した場合は、委託業者による駆けつけも行います。

対 ①満65歳以上のひとり暮らしの人

②満75歳以上の人のみの世帯

③日中または夜間において、長時間にわたり独居状態となる身体障害者手帳1～2級所持者

¥ 1か月あたり220円程度

※3か月毎に口座振替で支払い

持 緊急連絡先(2人まで)の住所と連絡先がわかるもの

申 申請書、誓約書を長寿課に提出。

みんコラ 問 社会福祉協議会 ☎62-4700

みんコラ(みんなでコラボレーション)として、民間企業の店舗内のスペースを借りてさまざまなイベントを開催しています。お近くの会場へ参加ください。

申 ①④12月3日(火) 10:00～電話で申込(先着)※②③⑤⑥は申込不要。

他 各イベントの詳細および下記以外のイベントは市HPへ。



	イベント名	日時	場所	その他
①	ひまわり クリニカルアート体験	12月12日(木) 10:30～11:30	ひまわりショップ長久手店	対 10人(先着) ¥ 500円
②	ディーラーde リフレッシュ体操	12月13日(金) 10:00～11:00	ネットヨタ中部プラザ長久手	持 水分補給ができるもの
③	ドラゴンズ研究会	12月14日(土) 13:30～14:30	I.C SUZUKI(喫茶店)	対 男性限定 ¥ 飲み物代
④	体と頭の体操&ランチ会	12月19日(木) 10:30～正午	長久手さつきの家	対 10人(先着) ¥ 600円(ランチ会のみ)
⑤	ディーラーde指ヨガ	12月25日(水) 13:30～14:30	名古屋トヨペット長久手店	対 8人(先着) 持 ハンドタオル
⑥	ピア活 リフレッシュ体操	12月26日(木) 10:00～11:00	ピアゴパワー長久手南店屋上階 エレベーターホール前	持 水分補給ができるもの

まちの話題

市民記者が長久手市の話題を紹介!



はぎ
萩



秋の七草にも数えられ、万葉集に最も多く登場するといわれる萩は、日本の秋を代表するような花です。ところが、実は夏から咲き始め、秋が深まるころには花数を減らしているという面白い特徴があります。

枝の先を枝垂れるように伸ばし、枝いっぱい小さなマメ科特有の蝶形花をたくさん咲かせます。萩の花色はおもに赤紫、他にピンクや白などがあります。

市民記者:梶田健三

市民記者
ブログ

