

市と市民の力で開催!



このアイコンは **みなさんに手伝ってほしい事業** につけています。詳細は事業担当課にお問い合わせください。

スマホ講座 ~健康アプリ編~

問 シルバー人材センター ☎62-9100

時 7月21日、28日、8月4日(金) (全3回)

10:00~11:30

場 高齢者生きがいセンター

対 市内在住の60歳以上の人 6人(先着)

¥ 1,500円(教材費、設備費など含む)

持 アンドロイドスマホ(アイフォーン不可)

申 7月6日(木)8:30~シルバー人材センターへ申込。

スマホとパソコン合同講座 ~音楽取込編~

問 シルバー人材センター ☎62-9100

CDの音楽をパソコン経由でスマホに取り込みます

時 8月4日、18日(金)13:30~15:30 場 高齢者生きがいセンター

対 市内在住の60歳以上の人 6人(先着)

¥ 1,000円(教材費、設備費など含む)

持 アンドロイドスマホ(アイフォーン不可)、パソコン(Windows10・11)(貸与可)

申 7月20日(木)8:30~シルバー人材センターに申込。

ながくて・学び・アイ講座(9月開講)

問 生涯学習課(文化の家) ☎61-3411

公募の講師が企画し、講師も受講生もお互いに「学び合う」講座です。

対 市内在住・在勤・在学の18歳以上の人

申 7月1日(土)~20日(木)に文化の家窓口(開館日のみ)、ハガキ(消印有効)、市HPで申込。ハガキの書き方などの詳細は市HPまたは広報ながくて4月号へ。

他 各講座、一定数の受講生がいないと開講しません。

9 整体師と考える栄養のお話

講 安藤 弘樹

身体の不調、やる気が出ないなどの原因の一つに栄養問題があるかもしれません。何かのヒントになれば幸いです。

時 9月1日、10月6日、11月10日(金)10:00~11:30 場 長久手市公民館 研修室

対 14人 ¥ 2,400円 他 お子さん連れ可 持 筆記用具

10 抱っこでステップ!リフレッシュ♪

講 ベビーダンスインストラクター WAKAKO

音楽にあわせて簡単なステップ!寝かしつけにも使えます。親子の絆を深めながら皆で楽しみましょう♪

時 9月6日、20日、10月4日、18日(水)10:30~12:00 場 長久手市公民館 和風会議室

対 10人 ¥ 1,200円 他 赤ちゃんと参加可(首すわり3か月~12か月) 持 抱っこひも、体温計、飲み物

11 涼しくなった夜の空き時間にフラダンス♪

講 レイリコカブアマナ 福岡 和美

フラダンスをやってみたいと思っていた方、ぜひこの機会に初めての方々と一緒にフラダンスを楽しみましょう。

時 9月7日、21日、10月5日、19日(木)19:00~20:30 場 長久手市公民館 和風会議室

対 10人 ¥ 1,200円 他 お子さん連れ可 持 動きやすい服装、飲み物、筆記用具

12 実家の相続・空き家で後悔しない秘訣を学ぶ

講 国際上級FP 後藤 明

後悔が多い実家の相続と空き家問題。その時になって慌てないための大切な要点を学び、備えておきましょう。

時 9月19日、26日、10月3日(火)10:00~11:30 場 長久手市公民館 研修室

対 15人 ¥ 900円 他 お子さん連れ不可 持 筆記用具

13 楽しいハーモニカ

講 森川 英雄

複音ハーモニカを使い、楽しく体に良いこと始めませんか。キラキラ星やふるさと等、美しい音色で吹きます。

時 9月29日、10月6日、13日、20日(金)13:30~15:00 場 長久手市公民館 研修室

対 15人 ¥ 8,340円(ハーモニカをお持ちの方は1,340円) 他 お子さん連れ不可

持 筆記用具。持っている方は「複音ハーモニカ C調 21穴」

スマホ・タブレット・パソコン講座 ~超入門編~

問 シルバー人材センター ☎62-9100

時 ①7月18日(火)、20日(木)午前(スマホ講座)

②7月18日(火)、20日(木)午後(タブレット講座)

③8月7日(月)、9日(水)午前(スマホ講座)

④8月7日(月)、9日(水)午後(パソコン講座)

午前 10:00~11:00 午後 13:30~14:30

場 高齢者生きがいセンター

対 市内在住の60歳以上の人 各回2人(先着)

¥ 1,000円(教材費、設備費など含む)

持 スマホ講座 アンドロイドスマホ(アイフォーン不可)

タブレット講座 アンドロイドタブレット

パソコン講座 パソコン(Windows10・11)

申 ①②は7月5日(水)、③④は7月

19日(水)8:30~シルバー人材

センターに申込。



オレンジクレーテカフェ

問 社会福祉協議会 地域包括支援センター

☎64-1155

認知症の心配のある人やその家族、認知症に関心のある人や福祉の専門職などが集い、交流する場です。

参加希望者は事前に各カフェへ連絡してください。

長久手の「喫茶オレンジ」

時 7月1日(土)14:00~ 場 福祉の家2階 集会室

問 社会福祉協議会 地域包括支援センター ☎64-1155

なないろカフェバンバン

時 7月7日(金)13:00~

場 なないろカフェバンバン(城屋敷114)

問 なないろカフェバンバン ☎57-7604

きららの里

時 7月23日(日)11:00~ 場 きららの里(岩作中根57-1)

問 きららの里 山本 ☎090-1230-4684

「あかつきの会」~認知症家族交流会~

問 社会福祉協議会 地域包括支援センター ☎64-1155

7月は学習会と交流会を行います。

時 7月27日(木)13:30~15:30 場 福祉の家1階 N-ジョイ 対 認知症の人を介護している家族

内 テーマ「認知症介護の仕方」 講師 (公社)認知症の人と家族の会理事・愛知県支部代表 尾之内 直美氏

¥ 100円(お茶・お菓子代) 申 7月20日(木)までに社会福祉協議会地域包括支援センターに電話で申込。

他 認知症の本人と一緒に参加を希望する場合は事前に申し出てください。

市民の力で開催!

市内で行う催し等をご紹介! 詳しくは各団体までお問い合わせください。



みんなの掲示板

申 8月号への掲載は、7月5日(水)までに申請書を情報課に提出。 ※各問い合わせ先への営業目的等での問い合わせはご遠慮ください。

健康と音楽 腹式呼吸とのどケア

問 ☎62-7640(佐藤)

音楽療法士 森川晴子先生と一緒に腹式呼吸をマスターし、のどのケアで発声と歌体操を学びましょう。

時 7月13日、27日(木)14:00~15:30

場 長久手市公民館 研修室 対 定員20人

内 季節の歌に合わせて体を動かします。

¥ 各回500~1,000円(参加人数に応じて変動)

申 電話

健康スポレクひろばで健康増進!

問 ☎090-1785-2230 FAX62-3603(口野)

健康スポレクひろばでは、運動が苦手な人も楽しめる運動効果の高い活動などを行います。

時 8月22日、29日、9月5日、12日、20日、26日、10月3日、11日、17日、24日(全10回)9:00~12:00

場 福祉の家 対 60~80代 30人

内 体力チェック、ニュースポーツ体験など

¥ 10回3,000円 申 8月8日(火)までに電話またはFAX



7月は「社会を明るくする運動」強調月間です。犯罪や非行の防止と罪を犯した人たちの更生について理解を深め、明るい社会を築きましょう。 問 福祉課 ☎56-0553