

# シニアの広場

## 福祉の家の施設情報

問 福祉の家 ☎64-6500

月曜日休館  
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

8月7日(月)



## 楽しく課題に挑戦! 筋トレ・脳トレタイム

問 足腰ラボ接骨院 ☎052-887-9333

生涯動ける身体のために、ロコモティブシンドロームを学び、四字熟語や計算、筋トレなど、脳や身体に刺激たっぷりの充実した時間をお過ごしください。

時 9月15日、10月6日、20日、11月17日、12月1日、15日(金) (全6回)  
10:15~11:30

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  
各日10人(先着)

申 8月1日(火) 15:00~  
足腰ラボ接骨院に電話で申込。



## 熱中症の対策と運動

問 (株)長久手温泉 ☎64-3511

水分補給や食事、運動など、日常生活のできる熱中症対策をお伝えします。

時 8月16日(水) 13:30~15:00

場 イオンモール長久手4階  
イオンホール

対 市内在住60歳以上の人

他 協力 大塚製薬(株)名古屋支店



## アカデミーカフェで 座談会

問 (株)長久手温泉 ☎64-3511

「体内に老化物質(AGEs)を増やさない食品や食生活」について、大学講師の研究内容を飲み物片手に聞いてみましょう。少人数だから講師との距離も近く対話しやすいカフェです。

時 9月4日(月) 10:00~11:00

場 スターバックスコーヒー  
愛知医科大学店

対 市内在住65歳以上の人  
10人(先着)

内 講師 愛知医科大学医学部衛生学講座  
まつながまさひろ  
松永昌宏氏

¥ 店舗での飲み物代

申 8月2日(水) 10:00~  
(株)長久手温泉へ電話で申込。

