

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(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

1月9日(火)



シルバー人材センター入会説明会

問 シルバー人材センター ☎62-9100

時 1月26日、2月16日、3月22日(金)
13:30~15:00

- 場 高齢者生きがいセンター2階 会議室
- 対 市内在住の60歳以上の働く意欲のある人
- 他 この説明会を受けた人のみ会員登録可。



樹木剪定講習会

問 シルバー人材センター ☎62-9100

時 1月30日(火) 13:30~15:00

場 高齢者生きがいセンター2階会議室および実施会場

- 対 市内在住の60歳以上の人 10人(先着)
- 内 果樹(梅・柿)の剪定講習
- 申 1月19日(金)までにシルバー人材センター窓口、電話またはFAX(62-9100)で申込。

アカデミーカフェで座談会

問 (株)長久手温泉 ☎64-3511

飲み物を片手に気楽に大学での研究や調査を聞いてみましょう。

時 ①1月26日(金)②2月5日(月)

いずれも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 各日10人(先着)

内 ①高齢者の身体機能の変化と転倒しにくい住環境
講師 佛敎大学保健医療技術学部作業療法学科教授 山田恭子氏

②認知症予防としてのeスポーツに着目!

講師 星城大学リハビリテーション学部講師 萬屋京典氏

¥ 店舗での飲み物代

申 1月5日(金)11:00~(株)長久手温泉へ電話で申込。

ドローンを飛ばそう! プログラミング体験

問 (株)長久手温泉 ☎64-3511

室内用軽量ドローンの動きをプログラミングして、目標地点に着陸できるか挑戦しよう!

時 1月25日(木) 10:00~11:30

場 福祉の家 集会室

対 パソコン操作ができる、市内在住65歳以上の人 10人(先着)

内 講師 NPO法人デジタルライフサポーターズネットワーク

申 1月5日(金)11:00~(株)長久手温泉へ電話で申込。

ロコモ予防と脳の活性化プログラム

問 足腰ラボ接骨院 ☎052-776-2407

柔道整復師が指導するロコモ予防の運動と、コミュニケーションを重視した脳トレで、脳も体も元気になるでしょう。

時 1月19日、2月2日、16日、3月1日、15日、29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 10人(先着)

内 講師 藤田秀和氏

申 1月5日(金)11:00~足腰ラボ接骨院へ電話で申込。

思考力を高める学習と下肢トレーニング

問 (株)長久手温泉 ☎64-3511

計算や図形理解などオリジナル学習プログラムと、足で画面をタッチして下肢筋力を高めるゲームを行います。

時 1月24日、2月7日、21日、3月13日、27日
(水) (全5回) 10:15~11:30

場 愛知トヨタ長久手店(横道2206)

対 市内在住65歳以上の人 10人(先着)

内 講師 鎌田進氏、川上慎太郎氏

申 1月5日(金)11:00~(株)長久手温泉へ電話で申込。

他 2月5日(月)開催「アカデミーカフェで座談会②」(詳細はP8へ)を受講すると、さらに理解が深まります。



頭健康度測定

問 保険医療課 ☎56-1720

東京都健康長寿医療センター研究所と筑波大学精神医学で開発された、高齢者用の集団認知機能検査を行います。(認知症を診断するものではなく、ゲーム感覚で楽しく自己評価ができます。)

時 第1回 検査 1月22日(月) 13:30~14:30

結果説明会 1月29日(月) 13:30~15:00

第2回 検査 2月14日(水) 13:30~14:30

結果説明会 2月21日(水) 13:30~15:00

場 長久手市公民館 研修室

対 市内在住65~84歳の人 各回20人(先着)

内 DVD映写を見ながらゲーム感覚で回答用紙に記入し、翌週に結果報告と認知症予防の講話。

申 1月9日(火)9:00~保険医療課窓口または電話で申込。

健脳手足口体操を体験しよう!

問 (株)長久手温泉 ☎64-3511

楽しく手・足・口を動かすことで、脳が活性化され認知症を予防するといわれています。特殊なクッションの上でゆっくり足踏みすることで脳血流を促進しましょう。

時 1月24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65歳以上の人

内 講師 NPO法人健康な脳づくり

みんコラ 問 ①②(株)長久手温泉 ☎64-3511 ③④⑤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 ①⑤1月5日(金)11:00~電話で申込(先着)※②③④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 ディーラーde 美姿勢運動教室 | 1月19日(金) 13:30~14:30 | ネットトヨタ中部 プラザ長久手店 | 対 65歳以上の人 10人(先着) |
| ② ディーラーde 栄養とストレッチ | 1月16日(火) 9:30~10:30 | トヨタモビリティ 東名古屋 長久手店 | 他 駐車場なし |
| ③ 男性のためのしゃべり場 | 1月19日、2月16日(金) 13:30~14:30 | I.C SUZUKI(喫茶店) | 対 65歳以上の男性 ¥ 飲み物代 |
| ④ ピア活 リフレッシュ体操 | 1月25日、2月22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 |
| ⑤ ひまわり クリニカルアート体験 | 1月11日、2月8日(木) 10:30~11:30 | ひまわりショップ 長久手店 | 対 10人(先着) ¥ 300円~ |



【愛知県立名古屋高等技術専門学校職業校2023年度訓練生作品展示販売】時 2月3日(土)10:00~14:00(売切次第終了)

場 愛知県立名古屋高等技術専門学校職業校 問 愛知県立名古屋高等技術専門学校職業校 ☎0561-21-6666