

地域いきいきライフ推進事業

問 長寿課 ☎ 56-0639

記事ID 10108

申 (A)市HPまたはチラシをご覧ください

HPを見る

(B)、(C)どちらかのみ申込可。8月6日(木)10:00～(株)長久手温泉に電話で申込

(A)長久手シニアフィットネス  記事ID 8331

問 長寿課 ☎ 56-0639 (株)長久手温泉 ☎ 64-3511

60歳以上の市内在住者を対象に、健康づくりを目的としたさまざまな運動プログラムをご体験ください。プログラム、申込方法は、市HPまたは市役所等で配布するチラシをご覧ください。

スポーツボイス～男の声を取り戻せ!～(男性限定)

声を出しにくくなった、カラオケでもっとうまく歌いたい! そう思った人、腹式呼吸で声が出やすくなりますよ!

時 8月18日(火)13:30～15:00

場 福祉の家2階 研修室

(B)いきいきライフパーティー

健康づくりに関心のあるみなさんが集まって楽しく脳・神経系を刺激する運動をし、交流しています。ロコモ予防を目的とした、オリジナル体操「ながくてハーモニー体操」を体験ください。

時 8月27日(木)13:30～15:00

場 福祉の家2階 集会室

(C)毎日コツコツ健康作り教室

ご自身の身体の状態にあわせて、日常生活で役立つ知識を学ぶ教室です。屋内で手軽にできる運動、参加者同士の交流をはかる交流会など、無理せず楽しく健康作りをしたい人におすすめです。

時 8月25日(火)13:30～15:00

場 福祉の家2階 集会室

福祉の家の施設情報

問 福祉の家 ☎ 64-6500
(株)長久手温泉 ☎ 64-3511

記事ID 3403

HPを見る

●歩行浴室(水・金・日)・福祉浴室(火・木・土)の利用休止時間帯

8月5日、12日、19日、26日(水)
10:00～12:00

●歩行浴インストラクターの来所日時(事前予約制)

時 8月5日、12日、19日、26日(水)
10:30～11:30

申 8月2日(日)10:00から(株)長久手温泉に電話で申込

対 各日、男女各6人(先着) ※1人1回

●温泉スタンドの休止日

8月3日(月)

「あかつきの会」～認知症家族交流会～

問 社会福祉協議会 ☎ 62-4700
長寿課 ☎ 56-0639

記事ID 3391

HPを見る

今回は勉強会を行います。
テーマ「入所施設の選び方とそれぞれの違い」
講師：恒川 千尋氏(ケアマネージャー)

時 8月28日(金)13:30～15:30

場 福祉の家2階 集会室

対 認知症の人を介護している家族

申 8月18日(火)までに
社会福祉協議会に電話で申込

問 問い合わせ先 時とき場ところ 対 対象 内 内容 費用記載がないものは無料 持ち物
申 申込方法記載がないものは申込不要 他 その他 ス スマイルポイント対象事業
申 申込や縦覧等の窓口・電話受付は、原則開庁時間に限り、予 予約が必要なもの