

シニアの広場

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 9月22日、10月20日、11月17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。

ディーラーdeスクエアステップ

問 (株)長久手温泉 ☎64-3511

ゲーム感覚で楽しみながら、決められたステップをマットの上で踏む運動です。脳と身体、心の活性化を期待でき、運動に自信がない人でもゆっくりマイペースに楽しめます。

時 9月20日(金)10:30～11:30

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)

申 9月5日(木)11:00～(株)長久手温泉に電話で申込。

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 ①③9月3日(火)10:00～電話で申込(先着)※②④⑤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	9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	9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	体と頭の体操& ランチ会	9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)
④	男性のための しゃべり場	9月20日(金) 13:30～14:30	I.C SUZUKI(喫茶店)	対 65歳以上の男性 ¥ 飲み物代
⑤	ピア活 リフレッシュ体操	9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

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)

臨時休館

● 福祉浴 9月3日(火) ● 歩行浴 9月4日(水)

長久手温泉ござらっせの休業日

9月2日(月)～4日(水)

温泉スタンドの休業日

9月1日(日)～4日(水)

モールde健康づくり

問 (株)長久手温泉 ☎64-3511

いくつになっても、しっかり歩けることは、誰しも願っていることです。今からでも遅くない!「歩き」について学びましょう!

時 9月25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 (株)ACE

他 協力 Dr.stretchイオンモール長久手店

講演「健康は口元から」&8020・8520・9020運動表彰式

問 健康推進課 ☎63-3300

お口の健康状態は、全身の健康にも大きく関係します。口腔機能を保つことの重要性についての講演と、80歳、85歳、90歳で20本以上の歯を保つことを達成した人の表彰式を行います。

時 9月16日(月・祝)10:30～11:30

場 文化の家 風のホール

内 講師 鈴木啓展 すずの木歯科医院院長
(瀬戸歯科医師会長久手歯科医会)

他 表彰対象者以外も参加可。表彰対象者には別途8月に案内を送付しています。

ディーラーde栄養講座&スクエアステップ

問 (株)長久手温泉 ☎64-3511

健康であり続けるために大切な「栄養」「運動」「社会参加」がぎゅっと詰まった楽しい集い場です。

時 9月17日(火)9:30～10:30

場 トヨタモビリティ東名古屋長久手店(武蔵塚910)

対 市内在住65歳以上の人

内 講師 中北薬品(株)

他 駐車場なし。動きやすい服装でお越しください。

2024年度長生学園

問 長寿課 ☎56-0631

あの頃を思い出す歌謡曲と一緒に聴いて、口ずさんで。楽しいひとときを過ごしませんか?

時 9月16日(月・祝)13:00～15:00

(12:30開場)

場 文化の家 森のホール

対 市内在住でおおむね60歳以上の人
内 いしかわたかのり(サクソフ)、菅原拓馬(ピアノ)、徳田真侑(ヴァイオリン)、クーテシガーナキッズダンス隊による音楽会

持 身分証明書

他 敬老事業と合同開催

「歩く脳トレ」スクエアステップ体験会

問 (株)長久手温泉 ☎64-3511

大学の研究等で「からだ・こころ・あたま」が元気になるエクササイズとされるスクエアステップ。認知症予防とバランス能力向上が期待できます。

時 9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 富成祐介(株)長久手温泉ほか、スクエアステップリーダー

申 9月5日(木)11:00～(株)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。

歩いて行こう健康測定「骨の健康度」測定

問 (株)長久手温泉 ☎64-3511

高齢者が気になる「骨」の健康状態を1分程度で測定できます。測定結果に応じて管理栄養士からアドバイスします。自分を知って対策を始めましょう。

時 9月26日(木)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 (株)ドラッグスギヤマ、大塚製薬(株)名古屋支店

デジタルライフを楽しむ!生成AI活用術

問 (株)長久手温泉 ☎64-3511

生成AIで頭脳を活性化し、知的好奇心を刺激しましょう。想像の世界を生成AIで写真や動画にしてみましょう。

時 10月18日、25日、11月1日(金)14:15～15:45

(全3回)

場 福祉の家 研修室

対 スマートフォンにアプリをインストールできる、市内在住65歳以上の人 10人(抽選)

内 講師 NPO法人デジタルライフサポーターズネット

持 スマートフォン、Googleアカウント

申 9月15日(日)までに二次元コードから申込。

他 応募者多数の場合は抽選。

