

いきいき介護予防教室

問 長寿課 ☎ 56-0639

記事ID 11654

[HPを見る](#)

生活機能の低下により、外出が難しくなりがちな市内在住の65歳以上の人を対象に、転倒予防や認知症予防につながるような送迎付きの教室を開催しています。運動やレクリエーションを通して、充実した毎日を過ごしましょう。(※定員あり。参加にあたって、最近の生活のご様子についてお伺いさせていただきます)

場 福祉の家2階 (前熊下田171番地)

内 健康運動指導士等の専門職による、楽しく身体を動かす運動やレクリエーションなどのプログラム

時 原則週1回、金曜日 13:30~15:30

¥ 300円/回

申 問 (株)長久手温泉 ☎ 64-3511



7月からは、スーパーの店内での運動教室も開催します。教室後にお買い物もできますので、普段外出しづらい方はぜひご参加ください

new

場 アピタ長久手店内 (戸田谷901番地1)

内 店内の買い物と、姿勢や筋力の改善のための歩行を中心とした運動

時 毎週水曜日 10:30~12:10

¥ 300円/回 (買物は自費)

申 問 リハビリフィットネス旭 ☎ 052-773-3103

new

場 平和堂長久手店内 (東原山46番地93)

内 ロコモ対策としての軽運動や脳トレと、店内での買い物、喫茶店での昼食

時 第2・第4木曜日 10:00~11:40

¥ 昼食代込み1,000円/回 (買物は自費)

申 問 藤ヶ丘つばハウス和 ☎ 052-776-7776

赤あったかあどの協賛店舗が増えました!

[HPを見る](#)

記事ID 3375

問 長寿課 ☎ 56-0631

平成30年4月1日から「赤あったかあど」の協賛店舗が大幅に増えています! (現在42店舗)
「赤あったかあど」を提示すると、各種特典が受けられます!

区分	店舗・施設名称	住所	特典内容
買物	SHOP ラファエロ・2	山越 411	ダヤン商品お買い上げでスタンプ2倍進呈
その他	瀬戸信用金庫長久手南支店	長配三丁目 512	EV充電スタンド無料利用

※「赤あったかあど」の協賛店舗・協賛施設を募集しています! ご賛同いただける場合は、長寿課までお問い合わせください。

シルバー人材センターパソコン講座

問 シルバー人材センター ☎ 62-9100

「もっとパソコンを楽しもう ~写真編集とブログ作成~」

内 デジカメ写真のトリミング、レタッチと写真を使ったブログを作成

時 7月27日~9月14日の毎週金曜日 13:30~15:30(全8回) 但し7月27日、8月24日の2日間のみ 9:30~11:30

場 高齢者生きがいセンター2階 会議室 受付:7月9日(月)~

定 16名 (申し込み先着順) **対** 長久手市内在住の60歳以上の方 **¥** 3,000円 (教材費含む)

他 パソコン(Windows7,8,10)は受講者の持ち込みとなります。