

正しいラジオ体操ご存じですか？

みなさんにとって身近なラジオ体操。正しいラジオ体操の仕方を本当にご存じですか？一緒に楽しく実践して、運動不足を解消しましょう。

- 時** 3月1日(木) 10:00~11:30 **場** 保健センター3階 会議室
内 講師:NPO法人全国ラジオ体操連盟1級ラジオ体操指導士 六鹿恵子氏
対 市内在住の人 先着50人 **申** 2月5日(月)から健康推進課窓口または電話で申込。
他 水分、汗拭きタオルを持って、動きやすい服装でお越しください。
 体操の時はスリッパを脱いでいただきます。



シニアの広場

介護保険地域密着型施設等
見学バスツアー

問 長寿課 ☎ 56-0613 **HPを見る** 記事ID 9767

市内にある介護保険施設の見学を行います。実際に施設へ行き「見て・感じて・考える」見学バスツアーです。

- 時** 2月24日(土) 13:30~16:30
場 市役所正面玄関前(集合場所)
内 見学施設:グループホーム(認知症対応型共同生活介護)、小規模特別養護老人ホーム(地域密着型介護老人福祉施設入所者生活介護)、小規模多機能型居宅介護、地域密着型デイサービス(地域密着型通所介護)
対 市内在住の人 先着20人
申 2月1日(木)から16日(金)までに長寿課窓口で申込。電話申込可。

HPを見る

記事ID 3391

認知症家族交流会
~認知症高齢者の口腔ケアについて~

問 長寿課 ☎ 56-0639
 社会福祉協議会 ☎ 62-4700

- 時** 2月23日(金) 13:30~15:30
場 福祉の家2階 会議室
内 勉強会と交流会(講師:歯科衛生士 三宅 やよい氏)
対 認知症の人を介護している家族 **申** 事前申込不要

福祉の家の施設情報

問 福祉の家 ☎ 64-6500 **HPを見る** 記事ID 3403

- 歩行浴インストラクターの来所日時
2月16日(金) 10:00~12:00
- 歩行浴室と福祉浴室の利用休止時間帯
2月8日、22日(木) 10:00~11:30
- 歩行浴室の利用休止時間帯
2月7日、14日、21日、28日(水) 10:00~11:30
- 温泉スタンドの休止日
2月5日(月)

大きい文字



いきいき倶楽部

問 長寿課 ☎ 56-0639 **HPを見る** 記事ID 4740

65歳以上の人を対象に、老人憩の家や地域の集会所で健康チェック、創作活動(2月は小物入れ、●の日)、運動(□の日)などを行います。

日にち	時間	場所
2月1日(木) □	10:00~12:00	段ノ上集会場
2月2日(金) ●	10:00~12:00	老人憩の家「椿荘」 岩6地区
2月5日(月) ●	10:00~12:00	楓老人憩の家
2月6日(火) ●	10:00~12:00	先達集会所
2月7日(水) ●	10:00~12:00	茜老人憩の家
2月12日(月・祝) ●	10:00~12:00	老人憩の家「椿荘」 岩7地区
2月13日(火) ●	10:00~12:00	下山集会所
2月20日(火) □	10:00~12:00	長湫八分会集会所
2月21日(水) ●	14:30~16:30	長久手ニュータウン集会所
2月26日(月) ●	10:00~12:00	老人憩の家「永和荘」
2月28日(水) □	10:00~12:00	色金老人憩の家

地域いきいきライフ推進事業

問 長寿課 ☎ 56-0639 **HPを見る** 記事ID 10108

申 (株)長久手温泉 ☎ 64-3511

いきいきライフパーティー(毎月実施!)

健康づくりに関心のあるみなさんが集まって楽しく運動をし、交流しています。身体を動かすことの楽しさを実感して、みんなで運動を始めるきっかけとしましょう。

- 時** 2月20日(火) 13:30~15:30
場 福祉の家2階 集会室
申 前日までに(株)長久手温泉(☎ 64-3511)に申込。