

赤あったかあどの協賛店舗が増えました!



問 長寿課 ☎ 56-0631 [HPを見る](#) 記事ID 3375

「赤あったかあど」を提示すると、各種特典が受けられる店舗が増えました!

店舗・施設名称	特典内容
サチフル 英会話クラブ	英会話レッスン代金(月謝)から500円割引
豊田信用金庫 杖ヶ池支店	シニアライフローン申込者へ粗品贈呈 ※これまでの特典内容から変更となります。

※引き続き協賛店舗を募集しています。

6月14日(金)ござらっせ入泉料無料あったかあどデー

問 長寿課 ☎ 56-0631 [HPを見る](#) 記事ID 5760

この日に限り、市民(住民登録者)に発行される優待カード「あったかあど」を提示すると、長久手温泉ござらっせの入泉料が無料になります(一部制限あり)。

「あかつきの会」～認知症家族交流会～

問 社会福祉協議会 ☎ 62-4700 記事ID 3391

長寿課 ☎ 56-0639

時 6月28日(金) 13:30～15:30

場 福祉の家2階 会議室

対 認知症の人を介護している家族

ほっと一息
家族同士で集まって
介護の悩みを話したり
情報交換してみませんか?

高齢者生涯学習講座

問 長寿課 ☎ 56-0639 (株)長久手温泉 ☎ 64-3511 (10:00～19:00)

生きがい作りと交流のための講座です。どの講座も初めてでも気軽に参加できます。

[HPを見る](#) 記事ID 8331

時 各講座全10回開催 場 福祉の家

対 市内在住の60歳以上の人(受講期間内に60歳になる人も可)

¥ 受講料は各講座2,000円、教材費は実費負担

申 6月7日(金)までに申込フォーム、長寿課、(株)長久手温泉窓口または電話で申込。定員を超えた場合は抽選。

ただし、初回参加者を優先。結果は6月14日(金)に参加決定者のみに郵送で通知。定員に満たない場合は、開講1週間前まで受付。開講1週間前の時点で、希望者が5人に満たない場合は開講しません。



申込フォーム

講座名	内 容	曜日・時間帯・回数	場 所	定員
バランスディスクで転倒予防	バランスディスクは、正しい姿勢の状態を脳に記憶させるための道具です。筋力やバランス力を向上させ、転倒しにくい体を作ります。	火曜・午前 [初回] 7月2日 (7/17のみ水曜)	機能回復 訓練室	20人
機能改善ヨガ	ヨガのポーズを行う前に機能改善体操というエクササイズを取り入れます。心地よい状態でポーズを行うことでヨガの効果を高めます。	火曜・午後 [初回] 7月2日 (7/17のみ水曜)	機能回復 訓練室	20人
太極拳入門コース	誰もが自分のペースで一生涯続けていける太極拳。そんな太極拳の楽しさを感じてもらうために焦らずゆっくり。一緒に心を整えて行きましょう。	水曜・午後 [初回] 7月3日	機能回復 訓練室	20人
骨盤を整えるヨガ	骨盤は体の要となる部分です。骨盤の左右差を整えていくヨガをします。骨盤のずれからくる腰痛や肩こりなどを緩和していきます。	金曜・午前 [初回] 7月5日	機能回復 訓練室	15人
アクアトレーニング初心者コース	水中でただ歩くだけではもったいない! 腰や膝の痛みを感じている人も、安全に痛みを和らげる歩き方があります。年齢に負けない体づくりを一緒にしませんか?	金曜・午後 10回 [初回] 7月5日	歩行浴室	10人
アクアトレーニング経験者コース	アクアトレーニングの経験者や、日常的に運動している人を対象にした講座です。体力作り・健康維持のための水中運動を行います。	金曜・午後 [初回] 7月5日	歩行浴室	12人