シニアの広場

大きい文字

赤あったかぁ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

「赤あったかぁど」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 杁ヶ池支店	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 あったかぁどデー

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「あったかぁど」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
長寿課 ☎ 56-0639　HPを見る　記事ID 3391

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、㈱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