

# シニアの広場

## 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

### いきいきライフパーティー

健康づくりに関心のあるみなさんが集まって楽しく脳・神経系を刺激する運動をし、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せんか。

ロコモ予防を目的とした、オリジナル体操「ながくてハーモニー体操」をご体験ください。

時 12月11日(水) 13:30~15:00

場 市役所西庁舎3階 研修室

時 12月17日(火) 13:30~15:00

場 福祉の家 集会室



### スポーツボイス~男の声を取り戻せ!~(男性限定)

声を出しにくくなった、カラオケでもっとうまく歌いたい! そう思った人、腹式呼吸で声が出やすくなりますよ!

時 12月20日(金) 10:40~12:00

場 福祉の家2階 研修室

時 12月25日(水) 14:00~15:30

場 福祉の家2階 研修室



## 長久手の認知症カフェ

問 社会福祉協議会 ☎ 62-4700 記事ID 12150  
長寿課 ☎ 56-0639 **HPを見る**

「認知症カフェ」は、認知症の心配のある人やその家族、また認知症に関心のある地域の人がお茶を飲みながら気軽に交流や相談ができる場です。

### ●長久手の「喫茶オレンジ」

時 12月21日(土) 14:00~16:00

場 福祉の家1階 ボランティアプラザ活動室1

¥ 100円(飲み物、お菓子付き)

他 入退室自由

### ●らくカフェ

時 12月18日(水) 18:00~20:00

場 小規模多機能居宅介護 楽家晴(草掛1-1)

¥ 500円(食事付き)

申 参加希望者は前日までに下記連絡先に電話で申込。

問 楽家晴 ☎ 64-3860

### ●きららの里

※今月の認知症カフェはお休みです。

## 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の健康チェック、創作活動(12月はちりめん根付けづくり、●の日)、運動(□の日)などを行います。

日にち	時間	場所
12月3日(火) ●	10:00~12:00	先達集会所
12月4日(水) ●	10:00~12:00	茜老人憩の家
12月5日(木) □	10:00~11:30	段ノ上集会場
12月6日(金) □	10:00~11:30	老人憩の家「椿荘」岩6地区
12月10日(火) ●	13:30~15:30	蟹原集会所
12月12日(木) ●	10:00~12:00	長配三丁目集会所
12月13日(金) ●	10:00~12:00	老人憩の家「椿荘」岩7地区
12月13日(金) □	13:30~15:00	市が洞小学校 共生ステーション
12月16日(月) ●	10:00~12:00	下山集会所
12月17日(火) □	10:00~11:30	長湫八分会集会所
12月18日(水) □	10:00~11:30	丁子田集会所
12月19日(木) ●	10:00~12:00	長久手ニュータウン集会所
12月20日(金) □	10:00~11:30	楓老人憩の家
12月25日(水) ●	10:00~12:00	老人憩の家「永和荘」
12月25日(水) □	13:30~15:00	色金老人憩の家

## 「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 **HPを見る**

時 12月20日(金) 13:30~15:30

※今月は第3金曜日です。

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?

## 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(参加自由)

12月20日(金)10:00~11:30

●歩行浴室・福祉浴室の利用休止時間帯

12月12日、26日(木)10:00~11:30

●歩行浴室の利用休止時間帯

12月4日、11日(水)10:00~12:30

●温泉スタンドの休止日

12月2日(月)