

文字が大きい!

ハツラツらいふ

☎ 包括ケア推進課 ☎ 34-3288
FAX 34-3289

今月の「耳」より情報

脳の健康度テストを実施します

▶ 5つの脳機能テストで、脳の得意・不得意を知ることができます。認知症予防にご活用ください。

とき／9月14日(金) 午前10時～11時30分
ところ／保健福祉センターはなみずき 研修室(3階)
内容／▷講話「認知症とその予防について」(約15分)

▷脳の健康度テスト(約45分)

定員／65歳～84歳の市民30人(申込順)
※定員を超えた場合は、次回の日程をご案内します。

参加費／無料 持ち物／眼鏡(必要な人)

申し込み／前日までに、電話で包括ケア推進課へ
※なるべく公共交通機関などをご利用ください。

【結果説明会】

とき／9月28日(金) 午前10時～11時
ところ／保健福祉センターはなみずき 運動室(3階)
内容／テスト結果の説明と認知症予防の講話
持ち物／スリッパ

※説明会に参加できない人は事前にご相談ください。

【高齢者相談】☎・ところ／各高齢者あんしんセンター(地域包括支援センター)

とき	月～金曜日	8:30～17:00
----	-------	------------

高齢者あんしんセンター 第一・北 ☎ 33-0882
老人保健施設「アポロン」内

高齢者あんしんセンター第二 ☎ 34-3240
保健福祉センター「はなみずき」内

高齢者あんしんセンター 六合 ☎ 32-9699
六合公民館「ロクティ」内

高齢者あんしんセンター 初倉 ☎ 30-0617
初倉地域総合センター「くらら」内

高齢者あんしんセンター 金谷 ☎ 45-5610
金谷北地域交流センター内

高齢者あんしんセンター 川根 ☎ 58-0321
市役所川根支所内

【9月の高齢者ふれあい事業】☎包括ケア推進課・ところ／はなみずき内「ふれあいセンター」(2階)

教室名／開催日／時間

みんなで楽しく歌いませんか
3日(月)／午前10時～11時30分

みんなで折り紙を作りましょう
4日(火)／午前10時～正午

大正琴を楽しみましょう
4日(火)・18日(火)／午後1時～3時30分

ビーズ細工で楽しむおしゃれ★
6日(木)・19日(水)／午前10時～午後3時

手芸の日、何を作るかお楽しみ◆
7日(金)・14日(金)・21日(金)・26日(水)・28日(金)
午前10時～午後3時

絵手紙を書こう
12日(水)／午前10時～正午

楽しく遊んで若返り
13日(木)／午前10時～11時30分

美しい「詩歌」を吟じて健康づくり
18日(火)／午前10時～正午

楽しい食生活◎
18日(火)／午前10時～正午

健康は足の裏から
27日(木)／午後1時30分～3時

ペタンクを楽しみましょう
20日(木)／午前9時30分～正午

◆ 必要なものを持参 ◎ 要予約 ★ 新規要申込

ハツラツのヒケツ



— 伊藤秀雄さん —
元気はつらつクラブOB会
にんじんクラブ

体を動かすことは、百薬の長。屈伸も長寿につながりますよ。