

ハツラツらいふ

☎包括ケア推進課 ☎ 34-3288

今月の「耳」より情報

島田市いきいきクラブ連合会 会員募集

▶島田市いきいきクラブ（老人クラブ）連合会では、高齢者がこれまでに培ってきた知識と経験を生かし、地域を豊かにする社会奉仕活動や健康づくり、生きがい活動などに楽しく取り組んでいます。地域と自身の生活を豊かにするために、仲間と一緒に楽しく活動してみませんか。

対象／概ね 60 歳以上の人

活動内容／◎研修会などの教養活動

- ◎グラウンドゴルフ大会
- ◎輪投げ大会などの健康づくり活動
- ◎地域施設（公園・神社）清掃などの奉仕活動
- ◎友愛訪問などの地域社会活動
- ◎俳句・民謡・ダンスなどの趣味・文化活動
- ◎他市町村の会員との交流など

申し込み／お住まいの地域のいきいきクラブか、電話で問い合わせ先へ

☎島田市いきいきクラブ連合会事務局 ☎ 37-7550

【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 (祝日は除く)	8:30～17:15
----	------------------	------------

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

【2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べり★

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

ペタンクを楽しみましょう(3階 運動室)

13日(木)／午後1時30分～3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

◆ 必要なものを持参 ◎ 要予約 ★ 新規要申込

※印の無い教室は、当日直接お越しください。

ハツラツのヒケツ



— 榊原卓子さん —
(中河もくせい会)

「なごみの里」で、いきいきクラブの仲間たちと、おしゃべりやダンスを楽しんでいます。