

お知らせ

■ シニアトレーニング指導員養成講座

とき／平成30年1月24日～3月14日の毎週水曜日(全8回)

午前9時30分～11時30分(受け付け午前9時15分)

ところ／夢づくり会館 体力づくりの部屋

対象／シニア世代への運動指導に興味がある60歳からおおむね70歳までの人

定員／14人 参加費／500円(保険料)

申し込み／12月8日(金)までに、電話またはファクスで長寿介護課へ

【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 老人保健施設「アポロン」内 ☎ 33-0882		
高齢者あんしんセンター第二 保健福祉センター「はなみずき」内 ☎ 34-3240		
高齢者あんしんセンター 六合 六合公民館「ロクティ」内 ☎ 32-9699		
高齢者あんしんセンター 初倉 初倉地域総合センター「くらら」内 ☎ 30-0617		
高齢者あんしんセンター 金谷 金谷北地域交流センター内 ☎ 45-5610		
高齢者あんしんセンター 川根 市役所川根支所内 ☎ 58-0321		

【12月の高齢者ふれあい事業】☎長寿介護課 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

手芸の日、何を作るかお楽しみ◆／1日(金)・8日(金)・15日(金)・22日(金)／午前10時～午後3時

みんなで楽しく歌いませんか／4日(月)／午前10時～11時30分

みんなで折り紙を作りましょう／5日(火)／午前10時～正午

大正琴を楽しみましょう／5日(火)・19日(火)／午後1時～3時30分

ビーズ細工で楽しむおしゃれ★／7日(木)・20日(水)／午前10時～午後3時

絵手紙を描こう／13日(水)／午前10時～正午

楽しく遊んで若返り／14日(木)／午前10時～11時30分

ペタンクを楽しみましょう／18日(月)／午前9時30分～11時30分

楽しい食生活◎／19日(火)／午前10時～正午

美しい詩歌を吟じて健康づくり／19日(火)／午前10時～正午

健康は足の裏から／21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

今月の「耳」より情報 「介護者のつどい」で介護の気持ちを分かち合いませんか

「介護者のつどい」は、高齢者を在宅で介護している家族が、日頃の介護から一時的に離れて交流し、フラワーアレンジメントなどの「ものづくりやレクリエーション」を通してリフレッシュする場です。同じ苦労や悩みを共有でき、情報交換や学習にもつながります。

とき／12月19日(火) 午前10時～11時30分

ところ／プラザおおるり

対象／市内の65歳以上の要支援・要介護認定者を在宅介護している市内在住の家族

申し込み／12月8日(金)までに、電話で長寿介護課または島田市社会福祉協議会(☎35-6244)へ

※内容など詳しくは、長寿介護課または島田市社会福祉協議会へお問い合わせください。



以前作成したフラワーアレンジメント