

お知らせ

■「介護予防サポーター養成講座」参加者募集

「しまだ市っ歌りげんき体操」や「しぞ〜かでん伝体操」を習得し、地域で活動してみませんか。

とき／7月5日・12日・19日・26日(全て水曜日) 午後1時30分～3時30分(受付開始 午後1時15分)

ところ／初倉公民館 定員／20人

対象／60歳以上で運動制限のない人

申し込み／6月15日(木)までに、電話・ファクスまたはEメールで長寿介護課(☎34-3288)へ
FAX 34-3289 ✉kaigo@city.shimada.lg.jp

【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		

【6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

ビーズ細工で楽しむおしゃれ★／1日(木)・21日(水)／午前10時～午後3時
手芸の日、何を作るかお楽しみ◆／2日(金)・9日(金)・16日(金)・23日(金)・28日(水)／午前10時～午後3時
みんなで楽しく歌いませんか／5日(月)／午前10時～11時30分
大正琴を楽しみましょう／6日(火)・20日(火)／午後1時～3時30分
みんなで折り紙を作りましょう／6日(火)／午前10時～正午
楽しく遊んで若返り／8日(木)／午前10時～11時30分
絵手紙を描こう／14日(水)／午前10時～正午
ペタンクを楽しみましょう／15日(木)／午前9時30分～11時30分
楽しい食生活◎／20日(火)／午前10時～正午
美しい「詩歌」を吟じて健康づくり／20日(火)／午前10時～正午
健康は足の裏から／22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

5月の「母より情報」

楽しく歌って健康に！「いきいき演歌教室」参加者募集

▶カラオケを通じて、認知症予防や口腔機能の向上に取り組んでみませんか。

内容／演歌の新曲を、2カ月ごとに2曲練習します。

とき／7月14日・28日、8月4日・25日、9月8日・22日、10月13日・27日、11月10日・24日、12月8日・22日(全て金曜日、全12回)

午前9時30分～正午

ところ／老人福祉センター「伊太なごみの里」大広間

対象／市内在住の60歳以上の人

定員／30人(応募者多数の場合は、抽選を実施)

講師／杉準人氏

申し込み／6月14日(水)までに電話で長寿介護課(☎34-3293)へ

受講料／1,200円(初回に集金)

※別途教材費として、2カ月ごとに約600円が必要です。

