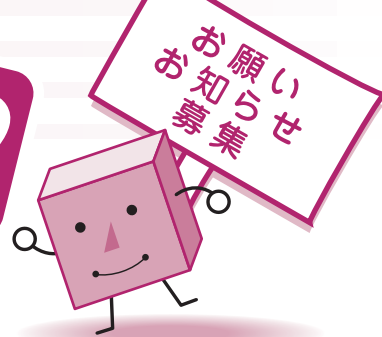
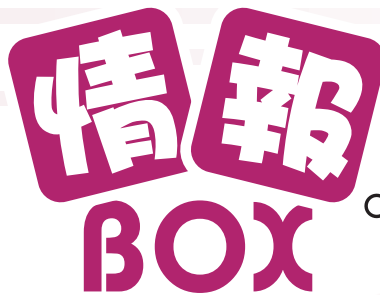


〈お問い合わせは〉

役 場 ☎388-1111 松枝公民館 ☎387-0156  
 FAX 387-5816  
 北事務所 ☎387-6266 総合会館 ☎387-8432  
 福祉健康センター ☎388-7171 福祉会館 ☎387-1121  
 中央公民館 ☎388-3231 子育て支援センター ☎387-2664  
 (町体育協会事務局)  
 歴史民俗資料館 ☎388-0161 町社会福祉協議会 ☎387-5332



## 介護予防事業のお知らせ

福祉健康課

住み慣れた町でいつまでもいきいきと暮らし続けることは、みんなの願いです。その願いをかなえるために、元気なうちから要介護状態にならないように行う取り組みを「介護予防」といいます。町では「介護予防」として次の教室を開催していますので、ぜひ、ご参加ください。申し込みは必要ありませんので、当日、直接会場へお越しください。

【対象者】65歳以上のかた 【問合先】福祉健康課

【ふれあい喫茶】			
内 容	お茶を飲みながら、おしゃべりしたり、ゲームをしたり、作品作りをしたり、みんなと楽しいひとときを過ごす憩いの場です。地域の元気サポーターさんたちも待っています。各地域で月1回開催しています。		
開催日	8月10日(金)	8月 7日(火)	8月20日(月)
	9月14日(金)	9月11日(火)	9月10日(月)
	10月12日(金)	10月 9日(火)	※10月15日(月)
	11月 9日(金)	11月13日(火)	11月12日(月)
	12月14日(金)	12月11日(火)	12月10日(月)
	1月11日(金)	1月 8日(火)	1月21日(月)
	2月 8日(金)	2月12日(火)	2月18日(月)
	3月14日(金)	3月11日(火)	3月10日(月)
	会 場	福祉会館(東陽町)	福祉健康センター(長池)
※10月15日(月)のみ下羽栗会館で開催します。			
時 間	午前10時から11時30分まで		
参加費	100円		

【転倒予防教室】		
内 容	元気な高齢者向けの筋力アップ教室です。	
開催日	8月	2日(木)・30日(木)
	9月	20日(木)・27日(木)
	10月	11日(木)・18日(木)
	11月	1日(木)・15日(木)
	12月	13日(木)・19日(水)
	1月	17日(木)・31日(木)
	2月	14日(木)・28日(木)
3月	13日(木)・26日(水)	
会 場	総合会館(中野)	
時 間	午後1時30分から3時15分まで	
持ち物	上履き、飲み物、タオル、健康手帳	
参加費	無 料	

【ふれあいひろば】			
内 容	認知症や閉じこもりの予防を目的とした教室です。音楽を利用して、「こころ」と「からだ」の健康づくりを支援しています。音楽は、直接心や脳に届き情緒が安定したり体の動きが活発になるなど心身ともに活性化します。その結果、認知症の予防にも効果があるといわれています。		
開催日	8月29日(水)	9月12日(水)	10月17日(水)
	11月28日(水)	12月26日(水)	1月16日(水)
	2月27日(水)	3月12日(水)	
会 場	福祉健康センター(長池)		
時 間	午後1時30分から3時15分まで		
持ち物	健康手帳		
参加費	無 料		

【貯筋(ちょきん)くらぶ～筋力アップ体操教室～】		
内 容	ちょっと体力に自信のないかた向けの教室です。イスに座った状態での運動が中心です。	
開催日	8月	8日(水)・22日(水)
	9月	5日(水)・19日(水)
	10月	3日(水)・24日(水)
	11月	7日(水)・21日(水)
	12月	5日(水)・12日(水)
	1月	9日(水)・23日(水)
	2月	6日(水)・20日(水)
3月	5日(水)・19日(水)	
会 場	福祉健康センター(長池)	
時 間	午前9時30分から11時15分まで	
持ち物	飲み物、タオル、健康手帳	
参加費	無 料	

ショッピング アミューズメント カーライフ  
 豊かな暮らし広がるいつものこの街  
**カラフルタウン岐阜**  
 株式会社 トヨタオートモールクリエイト  
 〒501-6115 岐阜市柳津町丸野3-3-6  
 TEL.058-388-5400  
 http://www.colorfultown.co.jp  
 毎月7・8日はカラフルタウンデー

自然にやさしい 環境創造  
**Shonan**  
**松南株式会社**  
 〒501-6019 岐阜県羽島郡岐南町みやまち4丁目153番地  
 TEL.058-274-3224 FAX.058-276-0808