

## 老人福祉センター 講座案内

### 高齢者交通安全運転支援セミナー 高齢者の安全運転について考えましょう!

**対** 市内在住の60歳以上の人 **持** 筆記用具 **講** 特非) 高齢者安全運転支援研究会

内容	日時	定員	費用
高齢者の免許更新についての説明と簡単な認知症予防体操をご紹介します。	8月26日(木) 午後1時30分～3時	20人	無料

### 手作り工作の会

**対** 市内在住の60歳以上の人 **講** 老人福祉センター職員

内容	日時	定員	費用
つまみ細工で簡単でかわいい壁飾りを作しましょう	8月24日(火) 午前10時～正午	10人 (先着順)	教材費負担あり

**申 問** いずれの講座も8月1日(日)～7日(土)に電話または直接老人福祉センター(スギ薬局知立福祉アリーナ内 ☎55-1804 月曜休館)へ。

## まちかど運動教室に参加しませんか

コロナ禍で体の衰えを感じている人はいませんか?この機会に週1回の運動を習慣にしましょう!!

理学療法士、健康運動指導士等の体操教室で、いつまでも自立して、元気に過ごせる健康なカラダづくりを目指します。ぜひご参加ください。※マスクの着用と検温にご協力ください。

**対** 市内在住の65歳以上の人

**持** タオル、飲み物、運動ができる服装、運動靴、マスク

**¥** 無料

**申** 不要(老人福祉センターは申込が必要です。)



①市内在住者向け

所	日時	定員	その他
福祉の里ハツ田	毎週木曜日 午前10時30分～11時30分	30人(先着順)	
プラザ昭和	毎週火曜日 午後1時30分～2時30分	15人(先着順)	
老人福祉センター	毎週金曜日 ①午後1時30分～1時55分 ②午後2時～2時25分	各12人	<b>申</b> 老人福祉センター (☎55-1804)へ

※祝日、年末年始を除く。

②各地区在住者向け

各地区の人を対象に公民館等で実施しています。詳細は市ホームページをご覧ください。実施地区の回覧をご確認ください。

**【実施地区】** 八橋地区、牛田地区、上重原地区、山町地区、弘法地区、来迎寺地区、中山地区、長篠地区、新林地区

③参加が難しい人向けに自宅でできるストレッチ体操もあります。詳細は市ホームページまたは広報7月号裏表紙をご覧ください。

**問** 長寿介護課 地域支援係(☎95-0191)

