

介護予防教室

介護予防体操や、お口の健康等を学びます。時間中、出入り自由です。

名前	とき	参加費	問い合わせ
中央いきいきセンター *事前申し込みが必要です。	水・金曜日 午前10時～午後3時	200円*	県央福祉会 ホームヘルプステーション うらだての里 ☎36-7277
田島いきいきセンター *事前申し込みが必要です。	月・木曜日 午前10時～午後3時		
AOZORA介護予防教室	月・水・金曜日 午前10時～正午/午後1時～3時	無料	特別養護老人ホーム長和園 ☎35-2131
老人福祉センター 栄寿荘 *事前申し込みが必要です。	火・木曜日 午前10時～午後3時	100円*	さかえ福祉会 ☎45-0500
いっぶく介護予防教室 *事前申し込みが必要です。 *送迎が必要な人は相談ください。	水曜日・第2・4木曜日 午前10時～午後3時	無料	特別養護老人ホームいっぶく ☎41-3322

*昼食を希望する人は別途昼食代が掛かります。

さんちゃん健康体操

【食】…食事のおはなし

ところ	曜日	時間	とき
厚生福祉会館	月	午前10時	6月6日(火)、12日、19日、26日、7月3日
栄寿荘	月	午後2時	6月5日、12日、19日、26日、7月3日【食】
下田公民館	火	午後2時	6月6日、13日、20日【食】、27日、7月4日
サンファーム三条	水	午前10時	6月7日、14日、21日、28日【食】、7月5日
ソレイユ三条	水	午前10時	6月7日、21日、7月5日
嵐南公民館	金	午後2時	6月2日、9日、16日、23日、30日【食】、7月7日

認知症に関する相談窓口

名前	とき	ところ・申し込み
おひさま喫茶	平日 午前10時～午後5時	はあとふるあたごグループホーム三条(石上) ☎36-5555
なでしこオレンジカフェ		なでしこ嵐南(南四日町) ☎35-7045
こころ茶屋	平日 午前10時～午後4時	グループホームこころつくし(西大崎) ☎38-0093
ふれあいカフェ		グループホームふれあいの杜三条(大面) ☎46-0220
カフェ花みずき	毎日 午前10時～午後4時	グループホーム花みずき(島潟) ☎46-5500



けんこう せいかつ
健幸生活

6月のセカンドライフ応援セミナー

折り紙で小箱作り 折り紙で脳と指先の運動
趣味・特技をボランティア活動につなげませんか

と き…6月14日(水) 午前10時～11時30分
と ころ…かんきょう庵
対 象…おおむね55歳以上
定 員…20人
申し込み…セカンドライフ応援ステーション
(市役所第二庁舎内) ☎47-0033

セカンドライフ応援ステーション

「退職後に何か活動がしたい」「まだまだ社会と関わりを持ちたい」など、充実したセカンドライフを応援します。登録すると、毎月、ダイレクトメールでさまざまな情報をお届けします。



ホームページ

相談会情報

ワークサポート三条 お仕事個別相談会

就労支援相談員が無料で仕事探しの相談を受けます。求人のおっせんはありません。
と き…6月15日(木) 午前10時～午後1時
と ころ…三条東公民館
申し込み…セカンドライフ応援ステーション
(市役所第二庁舎内) ☎47-0033

ハッピーボランティア参加者募集

申込開始は6月1日(水) 午前9時です。

大崎会館

テレビカラオケ 運営補助

と き…6月16日(金) 午後1時15分～3時45分

防災訓練避難所での景品配布

と き…6月18日(日) 午前8時～10時30分
と ころ…各避難所34カ所

嵐南小学校

休日の学校菜園の水やり

と き…6月の土、日曜日 午前8時～9時30分

◆共通事項

申し込み…セカンドライフ応援ステーション
(市役所第二庁舎内) ☎47-0033

ハッピーボランティア

対象 市内在住の65歳以上
*65歳未満の人も、一部対象となるものがあります。
*セカンドライフ応援ステーションへの登録が必要です。
謝礼金 1回500円

いきいき健幸レポート (さんちゃん健康体操 (サンファーム三条会場))

高齢介護課
☎34-5472

筋力が落ちてきた、転ぶのが心配、認知症を予防したいという人には、さんちゃん健康体操がおすすめです。たくさんの方が参加しており、交流を楽しみたい人にぴったりです。

体操の後は体が柔らかくなった気がします。



休憩時間のおしゃべりも楽しいです。

