

このページは抜き出して、冷蔵庫などにお貼りください



シニアいきいき 9月のイベント ★要予約 ガイド

日	月	火	水	木	金	土
		29	30	31	9/1 TOGOまちかど 運動教室 時 午前10時～11時15分 場 白鳥コミュニティセンター	2
3 	4 TOGOまちかど 運動教室 時 午後1時30分～2時45分 場 白土コミュニティセンター 写経体験 時 午前9時～正午 場 紫雲殿 東郷斎場 介護予防 体操教室 時 午前10時～11時15分 場 いこまい館1階多目的室A	5 まちかど・ いきいきカフェ 時 午前10時～11時30分 場 らくだ書店東郷店併設 カフェバーカーナギー東郷店	6 えがおカフェ★ 時 午前10時～午後0時30分 場 いこまい館和室ひだまり他 元気アップ教室 はつらつコース★ 時 午前10時～11時30分 場 町総合体育館 多目的運動室	7 TOGOまちかど 運動教室 時 午前10時～11時15分 場 北山台コミュニティセンター 元気アップ教室 いきいきコース★ 時 午前10時～11時30分 場 町総合体育館 多目的運動室	8 TOGOまちかど 運動教室 時 午前10時～11時15分 場 白鳥コミュニティセンター 時 午前9時30分～10時 場 清水コミュニティセンター 時 午前9時30分～10時45分 場 春木台コミュニティセンター	9
10 お元気 サロン★ 時 午後1時30分～3時 場 愛厚ホーム東郷苑 デイサービス センター東郷庵 カフェ 東郷庵★ 時 午前10時～ 午後0時30分 場 愛厚ホーム東郷苑	11 TOGOまちかど 運動教室 時 午後1時30分～2時45分 場 白土コミュニティセンター	12	13 えがおカフェ★ 時 午前10時～午後0時30分 場 いこまい館和室ひだまり他 元気アップ教室 はつらつコース★ 時 午前10時～11時30分 場 町総合体育館 多目的運動室	14 TOGOまちかど 運動教室 時 午前10時～10時50分 場 傍示本公民館 元気アップ教室 いきいきコース★ 時 午前10時～11時30分 場 町総合体育館 多目的運動室	15 TOGOまちかど 運動教室 時 午前10時～11時15分 場 白鳥コミュニティセンター	16 TOGOまちかど 運動教室 時 午前11時～正午 場 和合ヶ丘 コミュニティセンター
17 	18 敬老の日 	19	20 えがおカフェ★ 時 午前10時～午後0時30分 場 いこまい館和室ひだまり他 元気アップ教室 はつらつコース★ 時 午前10時～11時30分 場 町総合体育館 多目的運動室	21 元気アップ教室 いきいきコース★ 時 午前10時～11時30分 場 町総合体育館 多目的運動室	22 TOGOまちかど 運動教室 時 午前10時～11時15分 場 白鳥コミュニティセンター 時 午前9時30分～10時45分 場 春木台コミュニティセンター	23 秋分の日
24 お元気 サロン★ 時 午後1時30分～3時 場 愛厚ホーム東郷苑 デイサービス センター東郷庵 カフェ 東郷庵★ 時 午前10時～ 午後0時30分 場 愛厚ホーム東郷苑	25 TOGOまちかど 運動教室 時 午後1時30分～2時45分 場 白土コミュニティセンター 介護予防 体操教室 時 午前10時～11時15分 場 いこまい館1階多目的室A	26 	27 えがおカフェ★ 時 午前10時～午後0時30分 場 いこまい館和室ひだまり他 元気アップ教室 はつらつコース★ 時 午前10時～11時30分 場 町総合体育館 多目的運動室 ふれあいサロン★ 時 午後2時～午後3時 場 キョーワ薬局東郷店 脳年齢測定会 時 午前9時～午後7時 場 キョーワ薬局東郷店	28 TOGOまちかど 運動教室 時 午前10時～11時45分 場 北山台コミュニティセンター 時 午前10時～10時50分 場 傍示本公民館 元気アップ教室 いきいきコース★ 時 午前10時～11時30分 場 町総合体育館 多目的運動室	29	30

介護予防教室

対 原則65歳以上の町内在住者
※高齢者社会参加ポイント制度の対象事業です。

お元気サロン(ID:3734)

時 ①9月10日(日)②24日(日)午後1時30分～3時

場 愛厚ホーム東郷苑デイサービスセンター東郷庵
(春木下正葉廻間4337番地13)

内 ①座ってできる簡単な体操
②健やか食生活の講座

料 無料

申 前日までに東郷町南部地域包括支援センター
東郷苑 ☎0561-56-3112

TOGOまちかど運動教室(ID:3732)

時 【白鳥】9月1日、8日、15日、22日(金)
午前10時～11時15分(1日は口腔講話実施、15日は
まちかど保健室同時開催)

【白土】9月4日、11日、25日(月)
午後1時30分～2時45分(11日はまちかど保健室
同時開催、25日は口腔講話実施)

【清水】9月8日(金)午前9時30分～10時

【北山台】9月7日(木)午前10時～11時15分、28日
(木)午前10時～11時45分(7日は回想法実施、28
日の午前10時45分～午前11時45分は認知症サ
ポーターステップアップ講座開催)

【春木台】9月8日、22日(金)
午前9時30分～10時45分(22日は回想法と春木台
いきいきCafé同時開催)

【和合ヶ丘】9月16日(土)午前11時～正午

【傍示本】9月14日、28日(木)午前10時～10時50分
(14日は体力測定、28日は回想法実施)

場 各地区(白鳥・白土・清水・北山台・春木台・和合ヶ
丘)コミュニティセンター、傍示本公民館(白鳥3丁
目15、大字春木字涼松225-1、清水4丁目1-8、北
山台2丁目11-2、春木台二丁目8、和合ヶ丘3丁目
6-10、大字春木字市場屋敷1182-1)

内 地域の皆さんと身近な場所で、身体を動かしましょう。

料 無料

持 タオル、水分補給用飲み物、
室内用運動靴(白土は運動靴不要)

他 動きやすい服装でお越しください。清水地区は清
水いきいきサロン、春木台は春木台いきいきCafé
(9月22日のみ)、和合ヶ丘地区は土曜サロン、傍示
本地区は傍示本みんなのサロンと同時開催です。

申 不要

問 高齢者支援課 ☎0561-56-0753

▶次のページに続きます。

自宅でも1日2回 体操の習慣を!(ID:3750)

問 高齢者支援課 ☎0561・56・0753

CCNet12 (地デジ12チャンネル)

東郷町オリジナル介護予防番組

「TOGOシニア!健康づくり

入門」を毎日放送中!



時 午前7時45分～7時55分

午後5時30分～5時40分

6種類の番組を日曜日～土曜日の1週間毎に放送
(1週間は毎日同じ番組内容となります)

認知症支援

カフェ東郷庵(ID:3305)

お茶を飲みながら、認知症や介護について話しませ
んか。地域の人との集いの場となっています。介護者の
交流スペースもあります。

時 9月10日、24日(日)午前10時～午後0時30分

場 愛厚ホーム東郷苑(春木下正葉廻間4337番地13)

バ じゅんかい君「春木台五丁目」

対 誰でも

料 1回100円(飲み物代)

申 前日までに町南部地域包括支援センター東郷苑
☎0561-56-3112

まちかど・いきいきカフェ(ID:3305)

もの忘れが気になる人、認知症について知りたい人、
話し相手がほしい人お越しください。

時 9月5日(火)午前10時～11時30分

場 らくだ書店東郷店併設カフェベーカーリー
ナギー東郷店(白鳥2丁目20-1)

バ じゅんかい君「白鳥二丁目」

対 誰でも

料 無料(飲み物代は実費)

申 不要 送迎(有料)希望者は、前日までにご連絡く
ださい。

問 地域の応援団えがお☎052-807-0756



本人カフェ(えがおカフェ)(ID:3305)

認知症の本人向けの認知症カフェです。当事者同士
で、自分の希望や想いなどを語り合しましょう。

時 9月6日、13日、20日、27日(水)

午前10時～午後0時30分

場 いこまい館和室ひだまり他(春木西羽根2225-4)

対 認知症の本人

料 参加費1,000円(送迎代含)、昼食・おやつ代600円
(おやつのみの方は100円)

申 前日までに地域の応援団えがお☎052-807-0756

脳年齢測定会 (ID:3734)

- 時 9月27日(水) 午前9時～午後7時
 場 キョーワ薬局東郷店(春木北野洲8)
 内 タッチパネルを使用して、情報処理能力や脳の元気度、脳の有効活用度を分析し、脳年齢を総合判定します。所要時間は5分程です。
 ￥ 無料
 申 不要
 問 キョーワ薬局 東郷店
 ☎0561-56-3700



10月から高齢者インフルエンザの予防接種が始まります! (ID:2767)

- 対 ①接種時に65歳以上の人
 ②60歳以上65歳未満で心臓、腎臓、呼吸器、ヒト免疫不全ウイルスによる機能のいずれかに障害を有する人(身体障害者手帳1級)
 内 インフルエンザワクチンを1回接種。(要予約)
 ※2回目は任意接種(全額自己負担)になります。
 ￥ 1,100円(生活保護世帯の人は負担金はありません。ただし、事前の申請が必要ですので健康保険課窓口にお越しください。)
 時 令和5年10月1日～令和6年1月末(診療日に限る)
 ※ただし愛知県広域予防接種は10月15日から。
 場 下記町指定医療機関、長久手・日進・豊明市の協力医療機関、愛知県広域予防接種実施医療機関
 ※愛知県広域予防接種医療機関にて接種される人は健康保険課での事前申請が必要です。
 問 健康保険課 ☎0561-56-0758

町指定医療機関名	電話番号
東郷診療所	0561-39-0054
バク諸輪診療所	0561-39-3000
和合セントラルクリニック	052-821-0090
たなか内科	0561-38-8866
能登整形外科	0561-37-1838
白鳥藤田クリニック	0561-38-9888
三ツ池整形外科	0561-39-3111
松浦医院	0561-37-5001
やまクリニック	0561-37-1050
宮本ファミリー耳鼻科	0561-38-5558
西山クリニック	0561-38-5511
祐福寺内科	0561-38-7321
まつもとクリニック	052-848-8888
馬淵クリニック	0561-38-0800
秋田耳鼻咽喉科クリニック	0561-37-2777
本多医院	0561-39-0139
わごうヶ丘クリニック	0561-38-1616
愛知とうぶクリニック	0561-39-2323
みやげ整形外科	0561-38-8600
東郷なないろこどもクリニック	0561-37-1100

介護予防教室 写経体験(写経体験) (ID:3734)

- 時 9月4日(月) 午前9時～正午の内にお越しください。
 場 紫雲殿 東郷斎場(春木白土2-114)
 ￥ 無料 持 小筆 申 不要
 問 紫雲殿東郷斎場 ☎052-809-4444

元気アップ教室いきいきコース (ID:3732)

- 時 9月7日、14日、21日、28日(木)
 午前10時～11時30分
 場 町総合体育館 多目的運動室(春木北反田35番地)
 内 長い距離を歩けなくなったなど、体力の低下を感じている人向けの教室です。
 ￥ 4回分 1,000円
 持 タオル、室内用運動靴、水分補給用飲み物
 他 動きやすい服装でお越しください。
 申問 高齢者支援課 ☎0561-56-0753

元気アップ教室はつらつコース (ID:3732)

- 時 9月6日、13日、20日、27日(水)
 午前10時～午前11時30分
 場 町総合体育館 多目的運動室(春木北反田35番地)
 内 正しい歩き方が分かるウォーキング、道具を用いた筋力トレーニング、音楽に合わせて楽しく体を動かす有酸素運動等様々な運動を日替わりで行います。
 対 原則65歳以上の町内在住者
 ￥ 4回分 1,000円
 持 タオル・室内用運動靴・水分補給用飲み物
 他 動きやすい服装でお越しください。
 申問 高齢者支援課 ☎0561-56-0753

健康づくりリーダーによる介護予防体操教室(介護予防体操教室) (ID:3732)

- 時 9月4日、25日(月) 午前10時～11時15分
 場 いこまい館1階多目的室A
 (春木西羽根穴2225番地4)
 内 健康づくりリーダーを講師として、介護予防体操を行います。椅子に座ったまま行える体操です。
 ￥ 1回 100円
 持 タオル、水分補給用飲み物
 他 動きやすい服装でお越しください。
 申 不要
 問 高齢者支援課 ☎0561-56-0753

ふれあいサロン (ID:3734)

- 時 9月27日(水) 午後2時～3時
 場 キョーワ薬局東郷店(春木北野洲8)
 内 「高血圧ってなあに?循環器疾患についての栄養講話」
 ￥ 無料
 持 社会参加ポイント手帳
 申問 キョーワ薬局 東郷店 ☎0561-56-3700