

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 4月のイベント ★要予約 ガイド

日	月	火	水	木	金	土
			1 えがおカフェ★ 時 10:00～12:30 場 いこまい館 和室ひだまり	2 TOGOまちかど運動教室 時 13:30～14:50 場 諸輪公民館 時 10:00～11:15 場 北山台コミュニティセンター	3 TOGOまちかど運動教室 時 10:00～11:15 場 白鳥コミュニティセンター	4 ふれあいサロン 時 14:30～16:30 場 キョーワ薬局東郷店
5 ほくぶ茶屋 時 10:00～11:30 場 いこまい館 調理室・ランチルーム	6 TOGOまちかど運動教室 時 13:30～14:45 場 白土コミュニティセンター	7 まちかど・いきいきカフェ 時 9:30～11:00 場 nico cafe	8 TOGOまちかど運動教室 時 9:30～10:45 場 祐福寺公民館 時 10:00～11:30 場 町総合体育館 多目的運動室 えがおカフェ★ 時 10:00～12:30 場 いこまい館 和室ひだまり	9 TOGOまちかど運動教室 時 10:00～10:50 場 傍示本公民館 時 13:30～14:45 場 部田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 10:00～11:30 場 町総合体育館 多目的運動室 ふれあいサロン★ 時 13:30～14:30, 15:30～16:30 場 キョーワ薬局東郷店 ナチュラルカフェ健康教室★ 時 10:00～11:00 場 ナチュラルデンタルクリニック	10 TOGOまちかど運動教室 時 9:30～10:45 場 春木台コミュニティセンター 時 10:00～11:15 場 白鳥コミュニティセンター なごやひがし整形外科健康教室 時 14:00～15:00 場 諸輪公民館	11
12 カフェ東郷庵★ 時 10:00～12:00 場 愛厚ホーム東郷苑 デイサービスセンター東郷庵 お元気サロン★ 時 13:30～15:00 場 愛厚ホーム東郷苑 デイサービスセンター東郷庵 写経体験 時 9:00～12:00 場 紫雲殿 東郷斎場	13 TOGOまちかど運動教室 まちかど保健室 時 13:30～14:45 場 白土コミュニティセンター TOGOまちかど運動教室 時 9:30～12:00 場 清水コミュニティセンター 介護予防体操教室 時 10:00～11:15 場 いこまい館 多目的室A	14	15 TOGOまちかど運動教室 時 9:30～10:45 場 祐福寺公民館 時 10:00～11:30 場 町総合体育館 多目的運動室 えがおカフェ★ 時 10:00～12:30 場 いこまい館 和室ひだまり とうごうみらい歯科健康教室★ 時 10:30～11:30 場 とうごうみらい歯科・矯正歯科	16 健康づくりリーダーによる健康体操講座 時 10:00～11:30 場 いこまい館 多目的室A TOGOまちかど運動教室 時 13:30～14:50 場 諸輪公民館 時 10:00～11:15 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 10:00～11:30 場 町総合体育館 多目的運動室 ほくぶ茶屋 時 10:00～11:30 場 いこまい館 調理室・ランチルーム	17 TOGOまちかど運動教室 まちかど保健室 時 10:00～11:15 場 白鳥コミュニティセンター TOGOまちかど運動教室 時 13:15～14:15 場 部田山コミュニティセンター 時 13:30～14:45 場 春木台コミュニティセンター さくらんぼ★ 時 10:00～12:30 場 いこまい館 調理室・ランチルーム	18 TOGOまちかど運動教室 時 11:00～12:00 場 和合ヶ丘コミュニティセンター
19	20 TOGOまちかど運動教室 時 13:30～14:45 場 白土コミュニティセンター	21	22 TOGOまちかど運動教室 時 9:30～10:45 場 祐福寺公民館 時 10:00～11:30 場 町総合体育館 多目的運動室 脳年齢測定会 時 9:00～16:00 場 キョーワ薬局東郷店 えがおカフェ★ 時 10:00～12:30 場 いこまい館 和室ひだまり	23 TOGOまちかど運動教室 時 10:00～10:50 場 傍示本公民館 時 13:30～14:45 場 部田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 10:00～11:30 場 町総合体育館 多目的運動室 ふれあいサロン★ 時 13:30～14:30, 15:30～16:30 場 キョーワ薬局東郷店	24 TOGOまちかど運動教室 時 9:30～10:45 場 春木台コミュニティセンター 時 10:00～11:15 場 白鳥コミュニティセンター	25
26 カフェ東郷庵★ 時 10:00～12:00 場 愛厚ホーム東郷苑 デイサービスセンター東郷庵 お元気サロン★ 時 13:30～15:00 場 愛厚ホーム東郷苑 デイサービスセンター東郷庵	27 TOGOまちかど運動教室 時 13:30～14:45 場 白土コミュニティセンター 介護予防体操教室 時 10:00～11:15 場 いこまい館 多目的室A	28	29 昭和の日	30		

TOGOまちかど運動教室 (ID:3732)

時【諸輪】4月2日、16日(木)午後1時30分～2時50分
【傍示本】4月9日、23日(木)午前10時～10時50分
【祐福寺】4月8日、15日、22日(水)午前9時30分～10時45分
【部田】4月9日、23日(木)午後1時30分～2時45分
【白土】4月6日、13日、20日、27日(月)午後1時30分～2時45分(13日はまちかど保健室同時開催)
【和合ヶ丘】4月18日(土)午前11時～正午
【白鳥】4月3日、10日、17日、24日(金)午前10時～11時15分(17日はまちかど保健室同時開催)
【春木台】4月17日(金)午後1時15分～午後2時15分、4月10日、24日(金)午前9時30分～10時45分
【北山台】4月2日、16日(木)午前10時～11時15分
【清水】4月13日(月)午前9時30分～10時
【部田山】4月17日(金)午前9時30分～11時
【町総合体育館 多目的運動室】4月8日、15日、22日(水)午前10時～11時30分

※太字の日程は、高齢者社会参加ポイント交換会を同時開催。交換会のみ参加可。

場 各地区コミュニティセンター・公民館、町総合体育館
内 地域の皆さんと身近な場所で、身体を動かしましょう。
¥ 無料

持 飲み物、タオル、室内用運動靴(祐福寺は運動靴不要)
他 動きやすい服装でお越しください。傍示本地区は傍示本みんなのサロン、和合ヶ丘地区は土曜サロン、動きやすい服装でお越しください。傍示本地区は傍示本みんなのサロン、和合ヶ丘地区は土曜サロン、春木台地区はサロン笑活会(第3金曜のみ)、清水地区は清水いきいきサロンと同時開催です。

申 不要

問 高齢者支援課 ☎0561-56-0753

お元気サロン (ID:3734)

時 ①4月12日(日)②26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4337-13)

内 ①座って出来る簡単な体操②笑顔をつくる健康体操

¥ 無料

申 問 町南部地域包括支援センター東郷苑

☎0561-56-3112

介護予防教室 写経体験 (ID:3734)

時 4月12日(日)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

8020・8820表彰 (ID:11683)

問 成人保健推進室 ☎0561-56-0758

8020・8820を達成された人を表彰します。

▶8020表彰

昭和22年3月31日以前に生まれ、自分の歯が20本以上ある人(過去に8020表彰を受けた人を除く)

▶8820表彰

昭和14年3月31日以前に生まれ、自分の歯が20本以上ある人(過去に8020表彰を受けた人も対象。ただし、過去に8820表彰を受けた人は除く)

申 5月31日(日)までに愛豊歯科医師会に加入している歯科医療機関にて推薦を受けてください。

健康づくりリーダーによる健康体操講座 (ID:3066)

問 成人保健推進室 ☎0561-56-0758

みんなで一緒に体操をして体と心をリフレッシュしましょう。

時 4月16日(木)午前10時～11時30分
(午前9時50分受付開始)

場 いこまい館 多目的室A

¥ 1回100円

持 飲み物、タオル、運動靴

申 不要

介護予防教室

対 原則65歳以上の町内在住者

持 社会参加ポイント手帳

元気アップ教室いきいきコース (ID:3732)

時 4月9日、16日、23日(木)午前10時～11時30分

場 町総合体育館 多目的運動室

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。

¥ 1カ月 1,000円

持 飲み物、タオル、室内用運動靴

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

ふれあいサロン (ID:3734)

時 ①4月9日、23日(木)午後1時30分～2時30分、午後3時30分～4時30分②4日(土)午後2時30分～4時30分

場 キョーワ薬局東郷店(春木北野洲8)

内 ①春の3色蒸しパン作り

②春まつり(薬剤師による健康測定会、餅つき)

¥ ①200円②無料

持 ①のみエプロン、三角巾、飲み物

申 問 キョーワ薬局 東郷店 ☎0561-56-3700※②は申込み不要

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 4月12日、26日(日)午前10時～正午

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4337-13)

バ じゅんかい君「春木台五丁目」

対 誰でも ￥1回100円(飲み物代)

申 問 町南部地域包括支援センター東郷苑

☎0561-56-3112

ほくぶ茶屋 (ID:3305)

もの忘れが気になる人、その家族、地域の人など誰でも通えるあったかサロンです。お茶を飲みながら、息抜きしませんか。

時 4月5日(日)、16日(木)午前10時～11時30分

場 いこまい館 調理室・ランチルーム

対 誰でも ￥無料 申 不要

問 町北部地域包括支援センター ☎0561-38-8551

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 4月7日(火)午前9時30分～11時

場 nico cafe (春木和合前田2222-3)

バ じゅんかい君「いこまい館」 対 誰でも

￥ ワンドリンク制、その他負担金なし 申 不要

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、自分の希望や思いなどを語り合しましょう。

時 4月1日、8日、15日、22日(水)

午前10時～午後0時30分

場 いこまい館 和室ひだまり 対 認知症の本人

￥ 参加費500円

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

認知症の本人と家族のいこいの場(さくらんぼ) (ID:3305)

認知症の当事者と家族が、好きなこと、やりたいことを一緒に実現する場です。仲間づくりや専門職への相談もできます。認知症の告知を受けて不安な人など、ご参加ください。

時 4月17日(金)午前10時～午後0時30分

場 いこまい館 調理室・ランチルーム

対 認知症の本人とご家族

￥ 参加費200円 別途昼食代など

(当日決めることがあります)

申 前日までに地域の応援団えがお ☎052-807-0756

健康づくりリーダーによる介護予防体操教室 (ID:3732)

時 4月13日、27日(月)午前10時～11時15分

場 いこまい館 多目的室A

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 飲み物、タオル

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

脳年齢測定会 (ID:3734)

時 4月22日(水)午前9時～午後4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、有効活用度を分析し、脳の年齢を総合的に判断します。

￥ 無料 申 不要

問 キョーワ薬局東郷店 ☎0561-56-3700

とうごうみらい歯科健康教室 (ID:3734)

時 4月15日(水)午前10時30分～11時30分

場 とうごうみらい歯科・矯正歯科(春木申下9)

内 オーラルフレイル教室、レクリエーション、歌あそび

対 40歳以上の人でも参加可 定 10人

￥ 無料

他 参加者に口腔ケアグッズプレゼント

申 電話または医院受付にて申し込み

問 とうごうみらい歯科・矯正歯科 ☎0561-76-1782

なごやひがし整形外科健康教室 (ID:3734)

時 4月10日(金)午後2時～3時

場 諸輪公民館

内 ミニ講話①「医師が知っている腰のヒミツ」
②「MRI検査の実際」

￥ 無料 申 不要

問 なごやひがし整形外科・脊椎クリニック

☎052-680-8375

ナチュラルカフェ健康教室 (ID:3734)

時 4月9日(木)午前10時～11時

場 ナチュラルデンタルクリニック(春木仲田111-1)

内 口腔のお話、簡単ストレッチ、お口の体操

￥ 無料

申 電話または医院受付にて申し込み

問 ナチュラルデンタルクリニック ☎0561-38-8110

