



時 とき 場 場所 内 内容 対 対象 定 定員 ￥ 料金 持 持ち物 他 その他 申 申し込み 問 問い合わせ ※市外局番 0561

予防接種

10月から、高齢者を対象としたインフルエンザと新型コロナウイルス感染症の予防接種が始まります。詳しくは、6ページをご覧ください。

高齢者社会参加ポイント対象事業

対 原則町内在住の65歳以上の人
持 高齢者社会参加ポイント手帳

健康づくりリーダーの介護予防体操教室

時 14日、28日(月) 10:00~11:15
場 町総合体育館 多目的運動室
内 椅子に座ったままできる体操
¥ 1回100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。
問 高齢者支援課 ☎56-0753

元気アップ教室 いきいきコース

時 3日、10日(木) 10:00~11:30
場 町総合体育館 多目的運動室
内 体力の低下を感じている人向けの教室です。
¥ 月額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 高齢者支援課 ☎56-0753

健康づくりリーダーによる健康体操講座

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 17日(木) 10:00~11:30 (9:50から受け付け)
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
問 成人保健推進室 ☎56-0758

お元気サロン

時 ①13日(日)②27日(日) 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 (春木下正葉廻間4337-13)
内 ①座ってできる簡単な体操 ②シニア世代のためのヨガ
申 町南部地域包括支援センター東郷苑 ☎56-3112

ふれあいサロン

時 10日、24日(木) 13:30~14:30、15:30~16:30
場 キョーワ薬局 東郷店 (春木北野淵8)
内 「いきなり団子」作り
¥ 200円
持 飲み物、エプロン、三角巾
申 同店 ☎56-3700

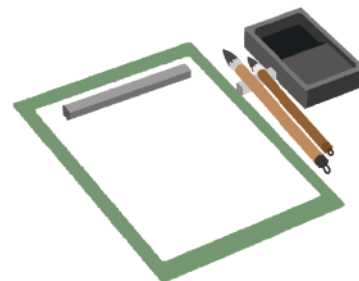
TOGOまちかど運動教室

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。
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、和合ヶ丘、春木台(第3週のみ)、清水地区は、地区サロンと同時開催です。
問 高齢者支援課 ☎56-0753

諸 輪	3日、17日(木) 13:30~14:50
傍 示 本	10日、24日(木) 10:00~10:50
祐 福 寺	2日、9日、16日、30日(水) 9:30~10:45
部 田	10日、24日(木) 13:30~14:45
白 土	7日、14日、28日(月) 13:30~14:45 ※14日はまちかど保健室同時開催
和合ヶ丘	19日(土) 11:00~12:00
白 鳥	4日、11日、18日、25日(金) 10:00~11:15 ※18日はまちかど保健室同時開催
春 木 台	4日、18日(金) 13:15~14:15 11日、25日(金) 9:30~10:45
北 山 台	3日、17日(木) 10:00~11:15
清 水	14日(月) 9:30~10:00
部 田 山	4日、18日(金) 9:30~11:00
町総合体育館 多目的運動室	2日、9日、16日、30日(水) 10:00~11:30

写経体験

時 11日(金) 9:00~12:00
場 紫雲殿 東郷斎場 (春木白土2-114)
持 小筆
問 同所 ☎052-809-4444



脳年齢測定会

時 30日(水) 9:00~16:00
場 キョーワ薬局 東郷店 (春木北野淵8)
内 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。
問 同店 ☎56-3700

とうごうみらい歯科健康教室

時 24日(木) 10:30~11:30
場 とうごうみらい歯科・矯正歯科 (春木申下9)
内 歯科の定期健診の必要性について、パタカラ体操、カードを使ったレクリエーション
定 10人
他 参加者に口腔ケアグッズをプレゼント
申 同院 ☎76-1782

なごやひがし整形外科健康教室

時 11日(金) 14:00~15:00
場 諸輪公民館
内 健康寿命延伸を目的とした体力年齢の測定
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

✓ 予約制
時 3日、24日(木) 9:00~10:00
場 ナチュラルデンタルクリニック (春木仲田111-1)
内 夏の食養生、医食同源について、お口の健康から長寿に!
他 はちみつのお土産付き
申 同院 ☎38-8110



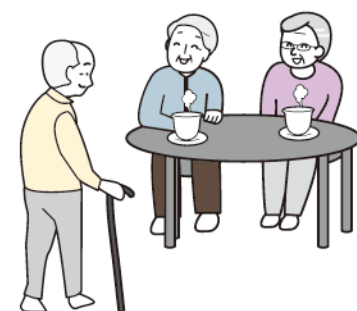
認知症支援

カフェ東郷庵

お茶を飲みながら、認知症や介護について一緒に話しましょう。
時 13日、27日(日) 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(春木下正葉廻間4337-13)
¥ 1回100円(飲み物代)
申 町南部地域包括支援センター東郷苑 ☎56-3112

ほくぶ茶屋

物忘れが気になる人、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。
時 6日(日)、17日(木) 10:00~11:30
場 いこまい館 ランチルーム
問 町北部地域包括支援センター ☎38-8551



まちかど・いきいきカフェ

物忘れが気になる、認知症について知りたい、話し相手がほしい人はお気軽にお越しください。
時 1日(火) 9:30~11:00
場 nico cafe (春木和合前田2222-3)
¥ ワンドリンク制
問 地域の応援団えがお ☎052-807-0756

えがおカフェ

認知症の本人向けのカフェです。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 2日、9日、16日(水) 10:00~12:30
場 いこまい館 和室ひだまり
対 認知症の本人
¥ 参加費(+おやつ)500円+昼食600円
申 前日までに地域の応援団えがお ☎052-807-0756



さくらんぼ

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、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 18日(金) 10:00~12:30
場 いこまい館 ランチルーム
対 認知症の本人と家族
¥ 参加費200円+昼食代など
申 前日までに地域の応援団えがお ☎052-807-0756