



# シニアいきいき 7月のイベント

★要予約

## ガイド

日	月	火	水	木	金	土
28	29	30	7/1	2	3	4
					元気を保つ 体づくり	
5	6	7	8	9	10	11
	介護予防 教室 写経体験	まちなか・いきいきカフェ 介護予防 サロン			元気を保つ 体づくり	
12	13	14	15	16	17	18
カフェ 東郷庵		お元気サロン 介護予防 サロン	えがお de体操 教室		元気を保つ 体づくり	V・drug 東郷西店 健康 測定会
19	20	21	22	23 海の日	24 スポーツの日	25
		まちなか・いきいきカフェ 介護予防 サロン		介護予防サロン		いきいき カフェ 拡大版★ 介護 相談会★
26	27	28	29	30	31	8/1
カフェ 東郷庵				お元気サロン	元気を保つ 体づくり	
2	3	4	5	6	7	8
		介護予防教室 写経体験			元気を保つ 体づくり	

▲詳しくはP15・16ページをご覧ください

中止等になることがあります。詳しくは、問い合わせ先へご連絡ください。

## 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話してみませんか。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** 7月12日、26日（日）午前10時～午後0時30分

**場** 愛厚ホーム東郷苑（春木字下正葉廻間4337-13）

**対** 誰でも

**¥** 1回100円（飲み物代）

**申** 不要

**問** 町南部地域包括支援センター東郷苑

☎0561-56-3112

### まちなか・いきいきカフェ

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** 7月7日、21日（火）午前10時～正午

**場** らくだ書店東郷店併設

カフェベーカリーナギー東郷店（白鳥2丁目20-1）

**対** 誰でも

**¥** 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

### いきいきカフェ拡大版

認知症、それがどうした！と笑い飛ばせる未来のために～認知症になっても働けるデイサービスでの有償ボランティアの取り組み～

**時** 7月25日（土）午後2時～4時

**場** デイサービスりん（和合ヶ丘1丁目3-9）

**講** 小川敬之（京都橘大学健康科学部作業療法学科教授）

**対** 誰でも

**¥** 200円（飲み物代・お菓子代を含む）

**申** 前日までに地域の応援団えがお

☎052-807-0756 へ。

### 介護相談会

同じ悩みを持つ仲間同士で、お茶を飲みながら、ざっくばらんに話ししてみませんか。

**時** 7月25日（土）午後4時～5時

**場** デイサービスりん（和合ヶ丘1丁目3-9）

**対** 認知症の人を介護中の人

※認知症の本人も一緒に参加できます。

**¥** 無料

**他** いきいきカフェ拡大版終了後、引き続き開催します。

**申** 前日までに地域の応援団えがお

☎052-807-0756 へ。

## 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

**時** ①7月14日（火）②30日（木）

午前9時30分～11時30分

**場** 愛厚ホーム東郷苑集会室

（春木字下正葉廻間4337-13）

**内** ①座ってできる簡単な体操

②管理栄養士の食生活講座

**¥** 無料

**申** 不要

**問** 東郷町南部地域包括支援センター東郷苑

☎0561-56-3112

### えがお de体操教室

**時** 7月15日（水）午前10時～11時15分

**場** メドック東郷（春木字西前6070）

**内** 健康づくりリーダーの指導による体操

**定** 20人

**¥** 200円

**持** 飲み物・タオル・室内用運動靴

（動きやすい服装でお越しください）

**申** 不要

**問** メドック東郷 ☎0561-37-5026

### 元気を保つ体づくり

**時** 毎週金曜日 午前10時～正午（祝日は除く）

**場** ギャラリー悠遊（和合ヶ丘1丁目3-9）

**内** 看護師や機能訓練指導員の指導による体操

**¥** 1回500円（送迎希望者は別途500円必要）

**申** 不要 ※送迎希望者は前日までに要申込

**問** 地域の応援団えがお ☎052-807-0870



介護予防サロン

- 時 ①7月7日、21日（火）午後2時～3時  
②7月14日（火）午後7時～9時  
③7月23日（木）午後2時～4時
- 場 Cafe Bar Gallery 3piece  
（春木台4丁目11-10）
- 内 ①ハンドマッサージ  
②認知症予防のための講座「夜のちょうないかい」  
③認知症予防のための講座「昼のちょうないかい」
- ¥ 無料（ドリンク代は実費）
- 申 不要
- 問 Cafe Bar Gallery 3piece ☎0561-58-6437



介護予防教室 写経体験

- 時 7月6日（月）、8月4日（火）  
午前9時～正午
- 場 紫雲殿 東郷齋場（春木字白土2-114）
- ¥ 無料
- 持 小筆
- 申 不要
- 問 紫雲殿東郷齋場 ☎052-809-4444



V・drug東郷西店 健康測定会

- 時 7月18日（土）午前10時～午後5時
- 場 V・drug東郷西店（兵庫2丁目2）
- 内 骨密度測定・血圧測定・血流測定・栄養士による  
栄養相談
- 対 どなたでも（社会参加ポイント対象は町内在住の  
65歳以上の人のみ）
- ¥ 無料
- 持 社会参加ポイント手帳
- 申 不要
- 問 V・drug東郷西店 ☎0561-37-5705



時と き 場 場 所 内 内 容 講 講 師 対 対象者 定 定 員 ¥ 費 用 持 持ち物 他 その他 申 申込み 問 問合せ