

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 12月のイベント ★要予約 ガイド

日	月	火	水	木	金	土
29	30	1 まちなか・いきいきカフェ 開午前10時～正午 場らくだ書店東郷店併設 カフェバーカーリーナギー東郷店	2	3 元気アップ教室 いきいきコース★ 開午前10時～11時30分 場町総合体育館 多目的運動室 目指せ元気に100歳! 健康たまり場 開午前10時～11時30分 場北山台コミュニティセンター	4 元気を保つ体づくり 開午前10時～正午 場ギャラリー悠遊 目指せ元気に100歳! 健康たまり場 開午前10時～11時30分 場白鳥コミュニティセンター	5
6	7	8 お元気サロン★ 開第1部 午前 9時30分～10時15分 第2部 午前10時30分～11時15分 場愛厚ホーム東郷苑集會室 認知症予防のための講座 開午後7時～9時 場 Cafe Bar Gallery 3piece	9 東郷町オリジナル 介護予防DVDを 活用した体操教室 ★ 開午前10時15分～11時30分 場町民会館 2階大会議室	10 元気アップ教室 いきいきコース★ 開午前10時～11時30分 場町総合体育館 多目的運動室	11 元気を保つ体づくり 開午前10時～正午 場ギャラリー悠遊 目指せ元気に100歳! 健康たまり場 開午前10時～11時30分 場白鳥コミュニティセンター	12 いきいきカフェ 拡大版★ 開午前10時～正午 場デイサービスりん 介護相談会★ 開正午～午後1時 場デイサービスりん
13 カフェ東郷庵 開午前10時～午後0時30分 場愛厚ホーム東郷苑	14	15 まちなか・いきいきカフェ 開午前10時～正午 場らくだ書店東郷店併設 カフェバーカーリーナギー東郷店	16 えがお de 体操教室 開午前10時～11時15分 場メドック東郷	17 元気アップ教室 いきいきコース★ 開午前10時～11時30分 場町総合体育館 多目的運動室 目指せ元気に100歳! 健康たまり場 開午前10時～11時30分 場北山台コミュニティセンター	18 元気を保つ体づくり 開午前10時～正午 場ギャラリー悠遊 目指せ元気に100歳! 健康たまり場 開午前10時～11時30分 場白鳥コミュニティセンター	19 ウクレレ体験会★ 開午前9時30分～10時30分 場 Cafe Bar Gallery 3piece V・drug 東郷西店 健康測定会 開第1部 午前10時～午後1時 第2部 午後 2時～5時 場 V・drug東郷西店
20	21	22	23 東郷町オリジナル 介護予防DVDを 活用した体操教室 ★ 開午前10時15分～11時30分 場町民会館 2階大会議室	24 お元気サロン★ 開第1部 午前 9時30分～10時15分 第2部 午前10時30分～11時15分 場愛厚ホーム東郷苑集會室 元気アップ教室 いきいきコース★ 開午前10時～11時30分 場町総合体育館 多目的運動室 認知症予防のための講座 開午後2時～4時 場 Cafe Bar Gallery 3piece	25 元気を保つ体づくり 開午前10時～正午 場ギャラリー悠遊	26
27 カフェ東郷庵 開午前10時～午後0時30分 場愛厚ホーム東郷苑	28	29	30	31	1/1	2

▲詳しくはP19・20ページをご覧ください

変更する場合があります。詳しくは、問い合わせ先へご連絡ください。

認知症支援

認知症予防のための講座

時 ①12月8日(火) 午後7時～9時
②12月24日(木) 午後2時～4時

場 Cafe Bar Gallery 3piece
(春木台4丁目11-10)

内 ①夜のちょうないかい ②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

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 12月13日、27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)

申問 前日までに町南部地域包括支援センター東郷苑
☎0561-56-3112(人数調整のため、当面の間予約制)

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 12月1日、15日(火) 午前10時～正午

場 らくだ書店東郷店併設
カフェバーカーリーナギー東郷店(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

老いじたく始めてみませんか
～相続のキホンのキから～

時 12月12日(土) 午前10時～正午

場 デイサービスりん(和合ヶ丘1丁目3-9)

講 小林幸弓(行政書士・相続診断士)

対 誰でも

¥ 200円(飲み物代・お菓子代を含む)

他 zoomを利用したオンライン参加も可能です。

申問 12月11日(金) までに地域の応援団えがお
☎052-807-0756

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てみませんか。

時 12月12日(土) 正午～午後1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。

申問 12月11日(金) までに地域の応援団えがお
☎052-807-0756

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。

※介護予防教室に参加する方はマスクの着用をお願いします。

お元気サロン

時 ①12月8日(火) ②24日(木)

第1部 午前 9時30分～10時15分

第2部 午前10時30分～11時15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笑顔をつくる健康体操

¥ 無料

申問 前日までに町南部地域包括支援センター東郷苑
☎0561-56-3112(人数調整のため、当面の間予約制)

えがお de体操教室

時 12月16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

ウクレレ体験会

時 12月19日(土) 午前9時30分～10時30分
場 Cafe Bar Gallery 3piece (春木台4丁目11-10)
内 ウクレレを持っていない方も気軽に参加できる体験会を行っています。
¥ 500円(モーニング付)
持 なし
申問 Cafe Bar Gallery 3piece ☎0561-58-6437

V・drug東郷西店 健康測定会

時 12月19日(土)
 第1部 午前10時～午後1時
 第2部 午後2時～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

元気アップ教室いきいきコース

時 12月3日、10日、17日、24日(木)
 午前10時～11時30分
場 町総合体育館 多目的運動室(春木字北反田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。
¥ 1月 1,000円
持 タオル・室内用運動靴 ※マスク着用および動きやすい服装でお越しください。
申問 高齢者支援課 ☎0561-56-0735

東郷町オリジナル介護予防DVDを活用した体操教室

時 12月9日、23日(水)
 午前10時15分～11時30分
場 町民会館 2階大会議室(春木字北反田14番地)
内 健康づくりリーダーを講師として、東郷町オリジナル介護予防DVDを活用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 ※マスク着用および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 ☎0561-56-0735

目指せ元気に100歳!健康たまり場

時 【北山台】12月3日、17日(木)
 【白鳥】12月4日、11日、18日(金)
 いずれも午前10時～11時30分

場 各地区コミュニティセンター
 (北山台二丁目11-2、白鳥三丁目15番地)
内 地域の皆さんと身近な場所でおしゃべりを楽しみながら、一緒に脳トレや体操などで健康づくりをしましょう。健康に関するミニ講話もあります。
¥ 無料
持 筆記用具、水分補給用のお茶
 ※マスク着用および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 ☎0561-56-0735

無料で高齢者インフルエンザ予防接種実施できます!

時 令和3年1月末
場 下記町指定医療機関、長久手市・日進市・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方は健康推進課での事前申請が必要です。
内 インフルエンザワクチンを1回接種。※2回目は任意接種(全額自己負担)になります。
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がいがある人(身体障害者手帳1級程度)
¥ 無料
 ※医療機関に必ず予約の上、お出かけください。

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	052-805-8000
ごとうこどもクリニック	0561-38-6610
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
山口こどもクリニック	0561-37-1100
まつもとクリニック	052-848-8888
あいち肝胆膵ホスピタル	052-809-3777
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
みやけ整形外科	0561-38-8600

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