



シニアいきいき 2月のイベント

★要予約

ガイド

日	月	火	水	木	金	土
31	2/1	2	3	4	5	6
<p>緊急事態宣言発令中は一般介護予防教室を中止します</p>						
						<p>いきいきカフェ 拡大版★ 時 午後1時30分～3時30分 場 Zoomで開催</p> <p>介護 相談会★ 時 午後3時30分～4時30分 場 Zoomで開催</p>
7	8	9	10	11 建国記念の日	12	13
		<p>認知症予防の ための講座 時 午後7時～9時 場 Cafe Bar Gallery 3piece</p> <p>お元気サロン★ 時 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</p>	<p>東郷町オリジナル 介護予防 DVDを 活用した体操教室 時 午前10時15分～11時30分 場 町民会館 2階大会議室</p>		<p>元気を保つ 体づくり 時 午前10時～正午 場 ギャラリー悠遊</p> <p>目指せ元気に 100歳! 健康たまり場 時 午前10時～11時30分 場 白鳥コミュニティセンター</p>	
14	15	16	17	18	19	20
<p>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</p>	<p>目指せ元気に 100歳! 健康たまり場 時 午後1時30分～3時 場 白土コミュニティセンター</p>	<p>まちなか・ いきいきカフェ 時 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</p>	<p>えがお de 体操教室 時 午前10時～11時15分 場 ×ドック東郷</p>	<p>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</p> <p>目指せ元気に 100歳! 健康たまり場 時 午前10時～11時30分 場 北山台コミュニティセンター</p>	<p>元気を保つ 体づくり 時 午前10時～正午 場 ギャラリー悠遊</p> <p>目指せ元気に 100歳! 健康たまり場 時 午前10時～11時30分 場 白鳥コミュニティセンター</p>	<p>ウクレレ 体験会★ 時 午前9時30分～10時30分 場 Cafe Bar Gallery 3piece</p> <p>V・drug 東郷西店 健康測定会 時 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</p>
21	22	23 天皇誕生日	24	25	26	27
	<p>目指せ元気に 100歳! 健康たまり場 時 午後1時30分～3時 場 白土コミュニティセンター</p>			<p>お元気サロン★ 時 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</p> <p>認知症予防の ための講座 時 午後2時～4時 場 Cafe Bar Gallery 3piece</p> <p>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</p> <p>社会参加ポイント 交換会 時 午前10時～11時30分 場 イーストプラザいこまい館 多目的室A</p>	<p>元気を保つ 体づくり 時 午前10時～正午 場 ギャラリー悠遊</p> <p>目指せ元気に 100歳! 健康たまり場 時 午前10時～11時30分 場 白鳥コミュニティセンター</p>	
28	3/1	2	3	4	5	6
<p>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</p>					<p>元気を保つ 体づくり 時 午前10時～正午 場 ギャラリー悠遊</p>	

▲詳しくは17・18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** ①2月 9日 (火) 午後7時～9時
②2月25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
- 対** 原則65歳以上の町内在住者
- ¥** 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** 2月14日、28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** 2月16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

最後まで自分らしく暮らすための「成年後見制度の使い方」～終活に興味があるあなたに～

- 時** 2月6日 (土) 午後1時30分～3時30分
- 場** Zoomを利用して開催
- 講** 住田敦子氏 (尾張東部権利擁護支援センター長)
- 対** 誰でも
- ¥** 無料
- 申問** 2月5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してみませんか。

- 時** 2月6日 (土) 午後3時30分～4時30分
- 場** Zoomを利用して開催
- 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** 2月5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** ①2月9日 (火) ②25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管理栄養士の食生活講座
- ¥** 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** 2月17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 ☎052-807-0756

ウクレレ体験会

時 2月20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人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

介護予防教室 写経体験

時 3月9日（火）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

V・drug東郷西店 健康測定会

時 2月20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 2月18日、25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。
¥ 2回分 500円
持 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 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 2月10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）
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 ※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 【白土】2月15日、22日（月）
 午後1時30分～3時
 【北山台】2月18日（木）
 午前10時～11時30分
 【白鳥】2月12日、19日、26日（金）
 午前10時～11時30分
場 各地区（白土・北山台・白鳥）コミュニティセンター（大字春木字涼松225-1、北山台2丁目11-2、白鳥3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、脳トレや体操など健康づくりを一緒にしましょう。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、室内用運動靴（あれば）
 ※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

社会参加ポイント交換会

時 2月25日（木）午前10時～11時30分
場 イーストプラザいこまい館 多目的室A（春木字西羽根穴2225-4）
内 ポイントが貯まっているけど、なかなか交換に行く機会がない人や、ポイント手帳をお持ちのご友人など、お誘いあわせの上ぜひお越しください。
持 社会参加ポイント手帳
申 不要
他 令和元年度分も交換可能です。希望される人は元年度のポイント手帳（水色の手帳）もお持ちください。
問 高齢者支援課 ☎0561-56-0735



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