



シニア向け 情報

Happy茶ロソ

Happy筋肉づくり

「歩くのが遅くなった」「ペットボトルの蓋が開けにくくなった」なんて感じたことありませんか。

茶ロソで楽しく筋力アップしましょう。

とき 2月14日(水)午後2時～3時

ところ 多世代交流センター 多目的室

対象 65歳以上の方

内容 日常生活の中で「楽しく」できる運動を行う

講師 機能訓練指導員(柔道整復師)

参加費 無料(予約不要)

持ち物 タオル・飲み物・運動できる服装

問合せ先 役場 長寿支援課
内線146

シルバー人材センター からのお知らせ

●カート整理等作業会員募集

スーパ一のカート整理等作業ができる60歳以上の方を募集し

ています。

●剪定作業会員、除草・草刈作業 会員募集

庭木の剪定作業、除草・草刈作業ができる60歳以上の方を募集しています。

※未経験者大歓迎です。

●女性会員募集

各施設の清掃作業・内職作業ができる60歳以上の方を募集しています。

●お仕事説明会

とき 2月14日・28日(水)

午前10時から1時間程度

ところ 総合福祉センター内

高齢者生きがい活動センター
2階会議室

対象 健康で働く意欲のある60

歳以上で町内在住の方

申込・問合せ先 シルバー人材センター
☎(443)1680

にじにじDAY

町では、高齢者の交流の場、および地域の皆さんの認知症への理解を深めていただく場でもある「にじにじDAY」の充実に努めています。

「にじにじDAY」は、地域の方

ならどなたでも参加可能です。

午後の空いた時間、昔話に花を咲かし、頭や身体を動かして、リフレッシュしませんか。地域の方々の元気を応援します。参加された方にはスタンプカードをプレゼント。スタンプを集めると素敵な贈り物があります。なお、会場では新型コロナウイルス感染症対策を実施しております。

とき 2月10日(土)午後2時～3時

ところ 愛の家グループホーム

大治北間島

参加費 無料(予約不要)

問合せ先 愛の家グループホーム
大治北間島 ☎(526)3620

