

# シニア向け情報

## 介護予防教室 はじめての元気あつぷ教室

感染症予防のため、外出を控えることにより運動不足になっていませんか。

高齢期はささいなことがきっかけで、体調を崩していくことがあります。

いつまでも生き生きとした元気な体を作っていくためにも心身の衰えを予防することは大切です。

運動機能を向上し、いつまでも元気に過ごすためにも、楽しく体を動かしましょう。

**とき** 11月8・15・22・29日・12月6・13・20・27日(全月曜)8回  
コース 午後1時30分～3時  
**ところ** ライブ配信による

※スマートフォン・タブレット・パソコンなど、通信可能な端末をご準備いただき、Wi-Fiなど通信環境が安定した状況でご参加ください。

**対象** 65歳以上の方  
**内容** イスに座ってできる運動など

**講師** 健康運動指導士  
**参加費** 無料ですが、通信料は参加者の自己負担となります。

**定員** 15名程度  
**申込期間** 10月5日(火)～22日(金)

※定員になり次第締め切ります。  
**申込・問合せ先** 役場 民生課  
内線158

## Happy茶ロソ

**1** Happy筋肉づくり  
**2** お薬教室

**とき**

**1** 10月13日(水)  
**2** 10月27日(水)  
午後2時～3時

**ところ** 老人福祉センター和室  
**対象** 65歳以上の方または老人クラブ会員

**内容** **1** 日常生活の中で「楽しく」できる運動を行います。  
**2** お薬にまつわる知識を楽しく学びます。

**講師** **1** 機能訓練指導員  
**2** 薬剤師

**参加費** 無料  
**定員** 16名程度  
**申込開始** 10月1日(金)

※定員になり次第締め切ります。  
※オンラインで同時配信します。参加申込の際に、当日の参加用ID、パスワードをお知らせします。

**申込・問合せ先** 老人福祉センター  
☎(443)0553

愛知医療学院短期大学連携事業  
人生100年時代をみんな  
で楽しくレッツ・ウォーク

**とき**

**1** 11月17日(水)  
午前9時30分～11時  
**2** 11月20日(土)

午前9時30分～11時30分  
**ところ**

**1** 老人福祉センター2階 西公民館集会所

**2** 西小学校区歩道(老人福祉センター集合)ただし、雨天の場合は**1**の老人福祉センター2階 西公民館集会所

**対象** 60歳以上の方または老人クラブ会員

**内容** **1** 講義  
ウォーキングの正しい行い方や姿勢の大切さ。普段歩きの靴チェック。ケガをしないためのコンディショニング調整や正しいストレッチの方法

その他、ウォーキングの効果(身体機能面、認知心理面)について学びます。

**2** 実践(ウォーキング)  
講義で学んだことを実践します。

**講師** 愛知医療学院短期大学  
理学療法専攻教授 ほか

**定員** **1** 20名程度  
**2** 30名程度

**参加費** 無料

**申込開始** 10月25日(月)  
※定員になり次第締め切ります。  
**協力** NPO法人健康な脳づくり

**申込・問合せ先** 老人福祉センター  
 ☎(443)0553

**シルバー人材センター  
からのお知らせ**

●障子・網戸作業について  
 障子・網戸張り替えします。  
 ご自宅まで取りに伺います。

●新規入会説明会  
 とき 10月13・27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

**協定保養所の利用を  
助成します**

愛知県後期高齢者医療制度被  
 保険者の皆さんの健康の保持・  
 増進を目的に、次の協定保養所  
 に宿泊する場合、1人1泊につ  
 き1000円を助成します。(4  
 月1日から翌年3月31日までの

1年間で、全保養所合わせて4  
 泊まで助成します)

・長野県王滝村 おんたけ休暇村  
 ☎0264(48)2111

・蒲郡市 サンヒルズ三河湾  
 ☎0533(68)4696

・江南市 すいとぴあ江南  
 ☎0587(53)5555

※予約専用番号  
 ・豊田市 百年草

☎0565(62)0100  
 ・桑名市 温泉ホーム松ヶ島

☎0594(42)3330  
 ・東浦町 あいち健康の森プラ  
 ザホテル

☎0562(82)0211

●利用方法 利用される方は、申  
 込時に協定保養所へ「愛知県後  
 期高齢者医療の被保険者」であ  
 ることを伝え、宿泊当日、保養所

の窓口で後期高齢者医療の保険  
 証と利用カード(初回利用時に  
 保養所にて交付)を提示してく  
 ださい。精算時に利用料金に対  
 し、1000円を助成します。

●問合せ先 愛知県後期高齢者医  
 療広域連合 給付課

☎(955)1205

**大治町ホームページに  
バナー広告を掲載しませんか**

詳細は町ホームページをご覧  
 いただくか、お問合せください。



問合せ先 役場 企画課 内線128  
 HP <https://www.town.oharu.ai.chi.jp/bosyu/banner.html>

● 防犯情報 ● 防災情報 ● 行政情報 ● 防犯情報 ● 防災情報 ● 行政情報 ●

気象情報 ● 地震情報 ● 津波情報 ●

**大治町  
メールサービス**

登録は2次元コードを読み取り、  
[oharu@entry.mail-dpt.jp](mailto:oharu@entry.mail-dpt.jp)へ  
 空メールを送信してください。

● 防犯情報 ● 防災情報 ● 行政情報 ● 防犯情報 ● 防災情報 ● 行政情報 ●

**広域 イベント 情報**



| 名称     | とき                                 | ところ           | 料金         | 問合せ先                    |
|--------|------------------------------------|---------------|------------|-------------------------|
| 第5回探鳥会 | 10月17日(日)<br>午前10時~正午              | 弥富野鳥園<br>保護地内 | 無料         | 弥富野鳥園<br>0567(68)2338   |
| 秋まつり   | 11月6日(土)・7日(日)<br>受付 午前10時30分~午後3時 | 海南こどもの国<br>園内 | 無料<br>一部有料 | 海南こどもの国<br>0567(52)1515 |