



# シニア向け 情報

## Happy茶ロ(筋肉くわ)

「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」なんて感じたことはありませんか。

茶ロんで楽しく筋力アップしましょう。

**とき** 7月10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・187

## 通いの場の「案内」

町では、地域の皆さんが気軽に集い、ふれあいを通して「生きがいづくり」「仲間づくり」の輪を広げ、地域の介護予防の拠点となる「通いの場」の充実に努めています。

地域の方ならどなたでも参加可能です。ぜひご参加ください。

①ハツ屋にGO！

「ハツ屋にGO！」とは

アクティブ音楽回想法を用いたリーダー育成講座修了生が立ち上げたグループです。

健康寿命と認知機能の向上や仲間づくり・居場所づくりを行い、地域の方々の元気を応援します。

**とき** 7月25日(木)午前10時～11時30分

**ところ** ハツ屋防災コミュニティセンター 第1多目的ホール

**内容**

- ・歌、楽器の演奏
- ・スマイル体操
- ・健康卓球

**参加費** 無料(予約不要)

**問合せ先** 役場 長寿支援課

内線146

## ②「いいいいDAY」

午後の空いた時間、昔話に花を咲かせ、頭や身体を動かして、リフレッシュしませんか。

参加した方にはスタンプカードをプレゼントします。スタンプを集めると素敵な贈り物があります。

なお、会場では感染症対策を実施しています。

**とき** 7月13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



## ごみ出し支援事業を 行っています

家庭から排出される一般廃棄物を、自分で所定の集積所まで持っていくことが困難な高齢者や障がい者等の世帯を対象に、ごみの戸別収集を行います。

### 対象

- ・要介護認定または要支援認定を受けている方で、おおむね65歳以上のひとり暮らしの世帯またはおおむね65歳以上の方で構成されている世帯
- ・身体障害者手帳・療育手帳・精神障害者保健福祉手帳のいずれかを所持している方で、ひとり暮らしの世帯または障がい者で構成されている世帯
- ※自分で所定の集積所まで持っていくことが可能である世帯または親族や近隣住民等の協力を得ることができる世帯を除く

### 申請の流れ

- ① 長寿支援課へ申請書を提出してください。
- ② 申請者の状況を確認するため、訪問調査を行います。
- ③ 支援の可否を決定し、申請者に通知後、支援を開始します。

## 問合せ先 役場 長寿支援課

内線187・158

## 認知症カフェのご案内

### 認知症カフェとは

認知症の方やその家族、地域住民、介護や福祉などの専門家など誰でも、気軽に集える場所です。

地域の方ならどなたでも参加可能です。ぜひご参加ください。

### ●はるちゃんカフェ

認知症の方やその家族、地域の方々、関係者が集まってお話をしたり、悩みを打ち明ける場です。  
**とき** 7月11日(木)午後1時30分～3時30分

### ●ところ 総合福祉センター

### 内容

- ・セミナー「食えることは生きる事」
- ・イベント「梅干し体操」ほか

### 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  
役場 長寿支援課 内線158

## シルバー人材センター からのお知らせ

### ●庭木の剪定作業について

8月1日(木)午前8時30分から年内作業分として先着70件限定で予約を受け付けます。

定員になり次第、締め切ります。ご希望の方はお早めにご予約ください。

※8月1日の注文は、電話のみです。8月2日以降は窓口でも受け付けます。

※8月1日は電話が込み合います。ご了承ください。

※来年1月から6月までの剪定作業も同時に受け付けます。

### ●お仕事説明会

**とき** 7月10・24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

## 「広報おおはる」・「おおはる議会だより」をスマートフォンアプリで配信中

「広報おおはる」・「おおはる議会だより」をスマートフォンの無料アプリ「マチイロ」で配信しています。下記の2次元コードからダウンロードできます。ぜひご利用ください。



マチを好きになるアプリ



# マチイロ

自治体がもっと身近になる機能が盛りだくさん！



※アプリの使用は無料ですが、通信費は各回線ごとのご負担となります。  
※広告が表示されますが、町とは一切関係ありません。

問合せ先 役場 企画政策課 内線163

