

笑って 元気に 健康づくり

介護予防教室

元気カレッジ

☆ 内容: 健康体操・食事と栄養・歯の健康・頭の体操(手芸、工作)・こころの健康(音楽)等を月1回、来年3月まで開催します。
 ☆ 講師: 健康運動指導士、管理栄養士、歯科衛生士、音楽療法士
 ☆ 対象: おおむね65歳以上の市民
 ☆ 参加費: 材料費など個人的な経費が必要です。
 ☆ 持ち物: お茶、タオル など
 ☆ 申込み: 希望される地域の保健センター(健康福祉センター)へ電話でお申し込みください。(継続した教室ではありませんのでご希望によりお申し込みください。)

シニア世代の皆さんが、健康で自立した日々を暮らせるよう、健康づくり・介護予防の教室を開催します。



マキノ	会場	内容
6/24 土	健康福祉センター	転ばぬ先の体力づくり
7/21 金	健康福祉センター	
8/30 水	健康福祉センター	元気の源・食生活
9/20 水	健康福祉センター	歌って笑って健康づくり

安曇川	会場	内容
6/17 土	ふれあいセンター	転ばぬ先の体力づくり
7/12 水	ふれあいセンター	元気の源・食生活
8/2 水	広瀬小学校	転ばぬ先の体力づくり
9/8 金	ふれあいセンター	長寿の入口・歯の健康

今津	会場	内容
6/24 土	北コミュニティセンター	転ばぬ先の体力づくり
7/14 金	老人福祉センター	
8/9 水	公民館西分館	元気の源・食生活
9/13 水	北コミュニティセンター	体操で失禁予防

高島	会場	内容
6/17 土	アイリッシュパーク	転ばぬ先の体力づくり
7/5 水	アイリッシュパーク	元気の源・食生活
8/4 金	黒谷分館	イスに座って楽しく体操
9/1 金	アイリッシュパーク	

朽木	会場	内容
6/10 土	保健センター	転ばぬ先の体力づくり
7/19 水	保健センター	元気の源・食生活
8/18 金	桑原集会所	歌って笑って健康づくり
9/15 金	ふれあいセンター	イスに座って楽しく体操

新旭	会場	内容
6/10 土	ほおじろ荘	転ばぬ先の体力づくり
7/26 水	保健センター	元気の源・食生活
8/24 木	ほおじろ荘	イスに座って楽しく体操
9/22 金	ほおじろ荘	歌って笑って健康づくり

● 時間: 13時30分～15時30分(ただし、網掛けの会場に限り、9時30分～11時30分)

- | | |
|---------------------------|----------------------------------|
| ● マキノ健康福祉センター ☎ (27) 1128 | ● 高島保健センター ☎ (36) 8008 |
| ● 今津保健センター ☎ (22) 6831 | ● 市役所健康推進課(新旭保健センター) ☎ (25) 8110 |
| ● 朽木保健センター ☎ (38) 3111 | ● 地域包括支援センター ☎ (22) 0193 |
| ● 安曇川保健センター ☎ (32) 4413 | ● 市役所長寿福祉課 ☎ (25) 8516 |

再就職を目指すシニアの方のためのオフィス・クリーニング技能講習会について

(社)滋賀県シルバー人材センター連合会では、「再就職を目指すシニアの方のためのオフィス・クリーニング技能講習会」を開催します。

▼ 対象: 55歳～68歳の方(年齢は講習会開講日が基準)

▼ 日時: 6月13日(火)～20日(火)の土日を除く6日間 13時～16時30分

▼ 場所: 滋賀ビル9階(JR大津駅前)

▼ 定員: 25人

(超過のときは抽選となります。)

▼ 費用: 無料(教材は支給)

▼ 申込方法: 往復はがきに講習名(オフィス・クリーニング)、住所、氏名(ふりがな)、年齢(生年月日)、電話番号を記入のうえ、(社)滋賀県シルバー人材センター連合会までお申し込みください。

▼ 締切: 6月1日(木)「必着」

● 申込・お問い合わせ

● 申込先: (社)滋賀県シルバー人材センター連合会

〒520-0051
大津市梅林1-3-10
☎ 077(525)41268
(長寿福祉課)

TOWN TOPICS

狂犬病の 予防注射を行います

狂犬病の集合予防注射実施獣医師(敬称略)

● 今津地域、朽木地域 …上野喜美代

● 新旭地域 …河南明孝、長宗多加江

(環境エネルギー課)

狂犬病予防注射日程表

今津	今津	朽木
● 5月18日(木)	● 5月23日(火)	● 5月25日(木)
9:00 北仰多目的集会所	9:40 木地山集会所前	9:00 日爪旧会議所
9:15 今津北コミセン駐車場	9:50 木地山 友定鐵男氏宅前	9:10 木津会議所
9:25 北林集会所	10:15 麻生集会所前	9:25 岡区会議所
9:35 桂作業場	10:30 打明バス停前	9:40 五十川会議所
9:47 北深清水作業場	10:40 地子原集会所前	10:00 辻沢竹馬会館
9:56 南深清水撰果場	10:50 立戸バス停前	10:15 今市会議所
10:06 新田生活改善センター	11:00 家一バス停前	10:25 平井会議所
10:16 酒波多目的集会所	11:10 犬丸バス停前	10:40 安養寺会館
10:29 構児童遊園地	11:20 上村バス停前	11:00 井ノ口会議所
10:38 井ノ口老人憩の家	11:35 能家集会所前	11:15 川原市会議所
10:51 弘川作業場	11:50 朽木西小学校前	11:30 新庄公民館
11:05 東新町草の根ハウス	13:05 生杉集会所前	12:00 新旭保健センター前
11:14 勤労者体育館駐車場	13:15 小入谷橋詰	● 5月26日(金)
11:24 働く女性の家駐車場	13:30 古屋簡易郵便局前	9:10 太田日光苑中央公園付近
11:34 今津周遊基地(北浜)	13:45 桑原集会所前	9:25 太田会館
13:15 今津東コミセン駐車場	14:00 平良集会所前	9:50 藁園ふれあい会館
13:32 高島保健所駐車場	14:10 小川 長尾いよ氏宅前	10:10 藁園静里会館
13:45 松陽台草の根ハウス	14:15 小川集会所前	10:30 深溝消防庫前
14:10 大供集会所	14:20 小川 山本茂夫氏宅前	10:50 針江公民館
14:25 天神草の根ハウス	14:45 柄生集会所前	11:10 霜降会議所
14:34 栄区むつみ児童遊園地	15:00 腰越バス停前	11:20 森神社
14:45 本庁別館横駐車場	15:15 村井 玉藤讓二氏宅前	11:45 新旭保健センター前
● 5月19日(金)	15:25 村井 藤澤悟氏宅前	
8:40 カームタウン入口	● 5月24日(水)	
8:55 市ヶ崎草の根ハウス	9:30 上野集会所前	
9:03 浜分作業場	9:45 野尻 山下茂氏宅前	
9:14 今津浜水泳場駐車場	9:55 野尻集会所下バス停	
9:26 さわかや荘(浜分)	10:10 上荒川バス停前	
9:38 公民館浜分分館駐車場		
9:50 石田作業場		
10:01 辻作業場		
10:13 中ノ町共同作業場		
10:25 中野児童遊園地		
10:38 国道303号杉沢区入口		
10:52 下弘部作業場		
11:04 岸脇神社社務所		
11:16 伊井老人憩の家		
11:26 三谷作業場		



湖西障害者生活支援センター「ほろん」からのお知らせ

湖西障害者生活支援センター「ほろん」では、高島市に住む障害のある方々が、より住みやすく地域でいきいきと暮らすことができるよう、障害者社会参加促進事業を実施します。

★ 要約筆記奉仕員養成講座(基礎課程)

6月8日から7月29日にかけて計9日間、32時間にわたり、要約筆記者を養成するための講座を開催します。

▼ 開催日: 6月8日・15日・22日・29日・7月6日・13日・20日・27日・29日

▼ 場所: 新旭公民館など

▼ 受講料: 無料(テキスト代)

▼ 申込: 受講を希望される方は、5月25日までに湖西障害者生活支援センター「ほろん」へお申し込みください。

● 申込・お問い合わせ

● 申込先: 湖西障害者生活支援センター「ほろん」 ☎ (22) 4041 (社会福祉課)

★ その他の事業予定

6月: 料理教室

7月: 水泳

8月: 水泳

9月: グランドゴルフ

10月: トールペイント等

11月: スポーツ・料理教室等

12月: トールペイント等

1月: お菓子づくり教室

2月: 卓球バレー

3月: 卓球バレー