

介護予防教室通信 6

この4月から「はつらつシニア体操」が田原市内24会場で毎月2回開催されています。実施内容は各会場で異なりますが、健康づくりリーダーさんが工夫し、実施しています。

- 会場 ● 田原東部市民館
- 参加者 ● 16名(60代～80代)
- 日程 ● 第2・4木曜13:30～14:30
- 担当 ● 高野光子さん
- 紹介 ● 参加者は一つひとつの体操に一生懸命取り組み、表情がとてもイキキしています。体操が終わった後も協力して片づけ・清掃等を行い、交流を深めています。



太ももの筋肉の強化



手首や手の指のストレッチ



お近くの「はつらつシニア体操」に参加してみたい方は、社協だより前号5ページのご案内をご覧ください。

- 会場 ● 泉市民館
- 参加者 ● 12名(60代～80代)
- 日程 ● 第2・4金曜13:30～14:30
- 担当 ● 八木辰美さん
- 紹介 ● 10年近く参加している方々と、始めて1～3年の方々が一緒になって、頭を使ったり、笑ったりしながら取り組んでいます。体操後の喫茶店でのおしゃべりも楽しみのひとつです。

合言葉は地域 ～市民館まつり応援隊～

社会福祉協議会では、平成24年度から地域福祉活動と一緒に盛り上げたいという思いで、市内の全市民館まつりに参加し、地域の方々との交流を楽しみに活動しています。

市民館まつり応援隊として社協職員と一緒にボランティア活動にご協力していただける方は、お気軽にご連絡ください！



▲5月27日(日)
童浦市民館まつりの様子



▲6月17日(日)
清田市民館まつりの様子

■各市民館まつりの日程■

市民館	開催日
高松市民館	7月28日(土)
野田市民館(夏祭り)	8月11日(土)
亀山市民館	8月12日(日)
伊良湖市民館	8月19日(日)
田原南部市民館	10月20日(土)
田原東部市民館	
田原中部市民館	
堀切市民館	10月21日(日)
大草市民館	
赤羽根市民館	10月27日(土)
中山市民館	
福江市民館	
野田市民館	
若戸市民館	10月28日(日)
泉市民館	
神戸市民館	
衣笠市民館	11月4日(日)
和地市民館	
六連市民館	

※天候などの事情によって日程が変更することがあります。

申込み・問合せ 田原市社会福祉協議会 ☎23-0610