

けんこうじせいち 新★健康自生地を 紹介します!

12月の健康自生地認定審査会において、新たに2か所が「健康自生地」として認定され、全部で102か所（1月1日現在）になりました。興味のある活動や近くの健康自生地に出かけて、楽しく健康的な毎日を過ごしましょう！

（「健康自生地」は、商標登録第5486837号です。）

健康自生地って何？



家に閉じこもって生活が単調・不活発になると、認知症をはじめとする介護のリスクが急速に高まります。

高齢者の皆さんが閉じこもることなく、いきいきとした生活を送ることができるよう、皆さんが自分から出かけたいような場所や地域の皆さんとふれあえる場所を、高浜市では「健康自生地」と名づけ、認定しています。

各健康自生地の運営は、地域の皆さんが自主的にを行い、高齢者の皆さんの居場所づくりに協力いただいています。

認定NO.101 社交ダンス友の会

【連絡先】090-4160-1334(草場)



実施日	時間	場所	参加費	予約
火曜日	10:00~12:00	高取公民館 (向山町一丁目214-4)	1回500円	不要

・ダンスも休憩時間のおしゃべりも楽しく活動しています。
・体の運動だけでなく、頭の体操にもなります。
・講師の先生もいるので初心者の方も大歓迎です。ぜひ始めてみてください。

認定NO.102 なかの接骨院

【連絡先】52-0400



実施日	時間	場所	参加費	予約
木・日曜日 以外	9:00~12:00	呉竹町五丁目1-15	なし	不要

・院内の待合室で気軽に休憩してください。体組成計も自由に使えます。
・運動の有資格者が、普段の運動や健康の相談、ホコタッチレポートを基にしたアドバイスなども行います。※混雑時はお待ちいただくこともあります。

11月18日リニューアルオープンしました!

認定NO.40 吉浜人形



各フロアの人形を觀賞しながら、気軽に休憩スペースを利用してください。
最上階は、観音像が展示された畳スペースなどが新たにできました。ぜひお立ち寄りください!

移転の お知らせ

認定NO.66 健康教室 (カーブス高浜神明)

12月19日より、Tぽーと(神明町八丁目20-1)1階へ移転しました。

認定NO.43 ミルクガラスカフェ カミフサ

2月より、稗田町六丁目2-31へ移転します。

健康自生地からのお知らせ

認定NO.33 ものづくり工房あかおにどん



『木で作るお雛さま講座』

木のやさしさを生かした、かわいいすずらん雛を作りましょう。
糸ノコの使い方などもアドバイスしますので、初心者の方もぜひ参加してください。

日時 2月10日(土)午前10時~午後1時 場所 ものづくり工房あかおにどん(青木町九丁目6-37)
定員 大人4人(先着順、キャンセルは要連絡) 参加費 400円(工房利用料含む、当日支払)
申込み 2月1日(木)~8日(木)の午前10時~午後4時に電話で申込(月・水・金曜日を除く)
ものづくり工房あかおにどん ☎52-0909

問合せ先 いきいき広場内生涯現役まちづくりグループ ☎52-9873

専用ホームページ「たかはま元気deねっと」 <http://www.takahamashi.info/>