

新健康自生地を紹介します!



7月の健康自生地認定審査会で、新たに1か所が「健康自生地」として認定され、全部で109か所(8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ごきましょう!

(「健康自生地」は、商標登録第5486837号です。)

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くなる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.109

ラダーゲッター 【連絡先】 ☎090-9820-1836(大嶽)

実施日	時間	場所	参加費	予約
第1・3水曜日	13:30~16:00	青木町会館 (青木町四丁目7-19)	不要	不要
原則第4土曜日		高浜ふれあいプラザ (青木町四丁目2-16)		

・子どもから高齢者まで気楽に楽しめる多世代交流型のスポーツレクリエーションです。
 ・ヒモがついている2個のボールをラダー(ハシゴ)に向かって投げ、ラダー(ハシゴ)にひっかけるとポイントになります。
 ・最初に脳トレをしてから練習、その後は対戦をします。
 ・誰でも気軽にできるスポーツです。ぜひ体験にきてください。



ホコタッチ 景品交換終了の お知らせ

12月27日(金)をもって、100ポイントごとに景品と交換できるサービスを終了します。期日を過ぎると、景品交換ができなくなりますので、早めの交換をお願いします。

交換場所 平日 午前8時30分~午後5時15分 いきいき健康推進グループ

健康自生地バスツアー 参加者募集



各地区の健康自生地を訪問して、プログラムを体験し、おしゃべりや買い物をする楽しいツアーです。健康自生地スタンプラリーのポイントもたくさんためるチャンスです!

日時 10月3日(木) 午後1時15分~4時 ※荒天中止

申込期間 9月2日(月)~20日(金)

集合場所 ONI-House(高浜市観光案内所: 青木町八丁目6-1)

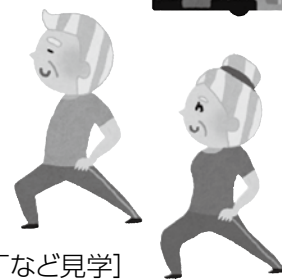
- コース**
- ①No.82 ……のびのび体操教室[体操体験]
 - ②No.6 ……特別養護老人ホーム高浜安立荘[昭和横丁など見学]
 - ③No.104 ……石川薬局[お薬の話]
 - ④No.88 ……地域共生型福祉施設あっぱ[足湯]
 - ⑤No.70 ……ONI-House[お買い物]

募集人数 15人程度(先着順) **参加費** 体操代(100円)と飲食代(実費)

申込方法 電話にて、氏名、住所、電話番号、年齢を伝えてください。

受付時間 午前8時30分~午後5時15分(土・日曜日、祝日を除く)

持ちもの 飲みもの、タオル(足湯用)、参加費 ※動きやすい服装で参加してください。



申込み・問合せ先 いきいき健康推進グループ ☎52-9873
 専用ホームページ「たかま元気deねっと」
<http://www.takahamashi.info/>

たかま元気

検索