

令和2年度

母親クラブ員募集

母親クラブは、同年齢の子どもを持つお母さん同士で、子育ての話をしたり、いっしょに公園へ出かけたりする、楽しい活動がいっぱいのグループです。サポート体制もばっちり!気軽に、安心して参加できます。皆さんの参加をお待ちしています。

児童センター名	東海 ☎52-5126	翼 ☎54-2833	中央 ☎52-3014	吉浜 ☎52-1019
活動予定曜日	水	水	月・火	金
対象	0・1・2歳児を持つ母親			
内容	季節の行事や親子のふれあい遊び、お子さんの誕生会などを企画し、楽しめます。			
定員	0～2歳児グループ 各20人(5人程度からでも可)			
活動回数・時間	月2回程度・午前10時～11時30分			
会費	年間500円			
申込期間	2月3日(月)～28日(金) *各児童センターへ直接申込み			

※上記のほかに、大人だけ(母親)のグループも活躍中。新しいグループも募集しています。

問合せ・申込先 各児童センター

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113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。)

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.112

すずめ会(健康麻雀)

【連絡先】 ☎090-3447-1946(横山)



実施日	時間	場所	参加費	予約
第2日曜日 第4日曜日	午後1時～5時	沢渡町集会所 (沢渡町一丁目5-17)	500円	要 【初回のみ】

健康麻雀は、地域の方の「健康づくり、仲間づくり、生きがいづくり」を基本理念に掲げ、「賭けない・飲まない・吸わない」をルールとし、年齢、性別、勝ち負けに関係なく交流を深めています。初心者の方には、講師による指導もあるので、安心です。

認定No.113

己書(おのれしょ)ゆう実道場Tシェア幸座 【連絡先】 ☎090-8075-9787(葛西)



実施日	時間	場所	参加費	予約
第1・2月曜日	午前10時30分～午後1時30分	Tぽーと内Tシェア (神明町八丁目20-1)	1作品 500円	要

心が楽しくなる楽描。味がある文字を描くことで脳に心地よいリラックスを与えるといわれています。ハガキ1枚サイズの紙に書を描きます。道具は、会場に用意がありますので、上記の時間内であれば、自由に参加できます。

問合せ先 いきいき健康推進グループ ☎52-9873