

介護教室

知ってナットク！排泄ケア。
失禁への対応は介護の大きな課題です。失禁のメカニズムを知り、オムツの上手な選び方、使い方を学びましょう。

とき 2月10日(火) 午後1時30分～3時30分

ところ いきいき広場ホール

申込方法 2月9日(月)までに地域包括支援センターへ電話で申し込んでください。

申込・問合せ先

地域包括支援センター
☎52-9610



健康づくり推進委員会 地区活動発表会

各町内会の推薦を受け、地域の健康づくりサポーターとして活躍されている健康づくり推進委員の皆さんが地域で健康づく

り活動を行うグループが、今年度の活動成果を発表します。

この発表会は、平成15年3月に策定した「健康たかはま21」を推進するため、地域の健康づくり活動の中心となる「健康づくり推進委員運営委員会」の主催で開催します。

みなさんの健康づくりに役立つ「健康づくり情報」がいっぱいです。

とき 2月7日(土) 午後1時～

ところ いきいき広場ホール

問合せ先

いきいき広場内保健福祉グループ
☎52-9871

「尿」で悩んでいる 女性のための講演会



講師 吉川羊子氏

咳やくしゃみをするとう尿が漏れる、緊張するとトイレが近い、車で遠出するときは水分を控える、このような経験があっても「恥ずかしくて人に言えない」「仕方がない」と諦めていませんか。

排尿問題に詳しい吉川羊子氏を講師として招き、中高年の女性を対象に、尿の悩みを解決する講演会を開催します。

女性のための講演会です。尿に関して気になることがある方はお気軽にご参加ください。

とき 2月8日(日) 午前10時～11時30分

ところ 高浜エコハウス講義室

対象・定員 女性70人程度

費用 無料

※事前予約は必要ありません。当日会場にお越しください。

問合せ先

こもればの里・高浜排尿ケア相談室
☎53-7777



商店ふれあい企画 参加者募集

◆身体がゆがみチェックとストレッチ

身体がゆがみを感じていませんか。普段の姿勢や枕の高さもゆがみに影響します。

骨盤の体操やストレッチを行い、身体のパランスを整えましょう。

とき 2月5日(木) ①午後1時～3時②午後3時30分～5時30分(①②のどちらかを選択)

ところ いきいきホール

定員 各8人

参加費 100円

持ち物 運動できる服装、タオル

ル

企画 祖父江弘臣氏

申込期間 1月19日(月)～2月3日(火) 午前9時～午後8時45分(土・日曜日、祝日を除く)

託児 参加申込とあわせて申し込んでください。

申込方法 電話で申し込んでください。

※申込初日のみ、1回の電話で2人まで受け付けます。

※定員になりしだい締め切りします。

※申込期間内に参加費をいきいき広場受付カウンターへ納めてください。入金後の返金はありません。

※キャンセルの場合は、必ず連絡してください。

申込・問合せ先

いきいき広場
☎090-6592-11573

その他

第51回 職業訓練展

職業訓練事業を広く一般に知っていただくため、職業訓練展を開催します。

とき 1月24日(土)・25日(日) 午前10時～午後4時(最終日のみ午後2時まで)

ところ 岡崎地域職業訓練センター(岡崎市羽根町)

内容

・体験・実技コーナー：陶芸教室、どろ団子作り、カレンダー作りなど

・包丁とぎサービス：1人2丁まで(受付/24日正午まで、25日午前11時まで)

・実習作品即売(陶芸品・木工品・石製品、掛軸など)

問合せ先

岡崎技術工学院
☎0564-53-3521

・愛知県瓦協会
☎52-9800