

新☆健康自生地を紹介します！



6月の健康自生地認定審査会において、新たに3か所が「健康自生地」として認定され、全部で43か所(7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、ぜひ一度足を運んでみてください。いろいろなお気に入りの出かけ先を見つけて、楽しく健康的な毎日を過ごしましょう！

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」と名付け、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.41 青空市

【連絡先】52-2123 (高浜南部まちづくり協議会)



実施日	時間	場所	参加費	予約
毎週日曜日	10:00~ 13:00	高浜南部保育園 園庭 (田戸町三丁目5-26)	なし	不要

・地元の商店、高浜南部地区でとれた野菜などを販売しています。
・高齢者生活支援の場として、買い物のほか、休憩のできるスペースも設けて、居場所づくりに取り組んでいます。

認定No.42 正林寺

【連絡先】53-2053



実施日	時間	場所	参加費	予約
原則毎日	8:00~ 17:00	正林寺 (呉竹町二丁目1-5)	なし	不要

・お寺の一角のテーブルとイスを、皆さんの居場所として活用してください。
・一般参加可能な催しなども随時お知らせします。普段お寺に足を運ぶ機会のない方も、気軽に利用してください。

認定No.43 ミルクグラスカフェ カミフサ

【連絡先】53-0038



実施日	時間	場所	参加費	予約
火~日曜日	10:00~ 17:00	ミルクグラスカフェ カミフサ (春日町二丁目2-1)	なし	不要

・レトロなマグカップで1杯。ゆったりできるいよし系カフェです。
(メニューは飲物のみ)
・いきいき健康マイレージの通帳の提示で、定価から50円値引きします。

健康自生地 大募集！！

高齢者の皆さんが、地域で、気軽に自分の好きなことに参加できるよう、さまざまなメニューや活動を用意した「居場所」の、市内100か所の展開をめざしています。

そこで！「ここは、いつも高齢者が集まっておしゃべりしてるよ」、「ここで実施してる活動って健康自生地になれるんじゃない?」、「私も、ここを活用して高齢者の健康づくりにつなげる活動がしたい!」など、健康自生地の“卵”情報がありましたら、ぜひ下記まで知らせてください。認定要件などは、専用ホームページ「たかほま元気 de ねっと」を確認してください。



申込・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
Eメール syogai-geneki@city.takahama.lg.jp
専用ホームページ「たかほま元気 de ねっと」 <http://www.takahamashi.info/>