

いきいき シニアニュース

シニア世代の皆さんにお伝えしたい市政情報や講座案内をお届けするコーナーです。

ID 52219

令和8年度スマホ講座 受講者募集

- 内 容** スマホ初心者向けの基礎操作等を学べる教室形式の講座です。(スマホの基本操作、電話、カメラ、メールの使い方)
- 日 時** 9/4 (金) 14:00 ~ 15:30
- 場 所** 本庁舎6階 601 会議室
- 対 象** 市内在住のおおむね 60 歳以上の方
- 定 員** 10 ~ 15 人程度※定員になり次第終了
- 持ち物** スマートフォン
- 申込み** 電話で行政改革課
- 問合せ** 行政改革課 ☎ 76 - 1113

ID 25586

みんなの認知症予防 ゲームリーダー養成講座

- 内 容** 「みんなの認知症予防ゲーム」は、頭に良い少しの刺激、人との交流が凝縮された、性別、年齢問わず楽しんでいただけるゲームです。ゲームを体験していただき、地域で活用していただける担い手を養成する講座です。
- 日 時** 9/ 7 (月) 13:00 ~ 16:30
9/14 (月) 13:00 ~ 16:30
9/16 (水) 13:00 ~ 16:30
※ 3 日間の連続講座
- 場 所** ふれあいセンター 3 階 大会議室
- 対 象** ・市内在住または在勤で、
今後市内でご活動いただける方
・全 3 日間参加していただける方
・同講座を受講したことがない方
- 定 員** 30 人
- 持ち物** 動きやすい服装、水分補給用の飲み物
- 申込み** 8/3 (月) ~ 28 (金) に申込フォームまたは電話で地域包括ケア推進課
- 問合せ** 地域包括ケア推進課 (☎ 76 - 1188)



申込フォーム

ID 51973

自分を見つめる 「わた史ノート」講座

- 内 容** もしもの時のために、今からできる備えを始めませんか。本講座では、自分自身の思いや大切にしていることを整理するためのツール「わた史ノート」を紹介します。人生を振り返るワークを通じて、ご自身の希望や価値観を再発見し、これからの人生をより豊かに、自分らしく歩むための「対話のきっかけ」を作ります。
- 日 時** 8/25 (火) 11:00 ~ 11:45
- 場 所** 田島の郷 会議室
- 対 象** 施設の利用証をお持ちの方
- 持ち物** 筆記用具
- 問合せ** 味岡地域包括支援センター
岩崎あいの郷 (☎ 75 - 3956)

ID 51997

手軽に簡単介護予防

- 内 容** 市内在住の体力に自信がない高齢者の方を対象とした介護予防教室を行っています。年間 16 回の連続講座ですが、いつからでも参加可能です。
- 日 時** 毎月第 1・3 月曜日 10:00 ~ 11:30
※祝日はお休み
- 場 所** ふれあいセンター 3 階 大会議室
- 対 象** ・足腰に不安があり運動から遠ざかっている方
・元気な方と一緒にだといけるか心配な方
・要支援 1・2 の方、事業対象者の方
- 申込み** 申込フォームまたは電話で地域包括ケア推進課
- 問合せ** 地域包括ケア推進課 (☎ 76 - 1188)



申込フォーム