

教室のご案内

介護予防事業

日高町では介護予防事業として2つの教室(健康運動教室・脳トレーニング教室)を開催しています。5月から令和3年度第1回目の各教室が始まります。

参加対象者は、**満年齢65歳以上の方**です。

なお、新型コロナウイルス感染予防のため、教室の内容を一部変更し実施させていただきます。

健康運動教室

気功を中心に脚・腰の筋力強化や体力アップを図り、運動機能の低下を予防・改善します。また、専門職によるお口のケアや食生活のアドバイス等のお話もあります。



- 期 間：令和3年5月～7月(全12回)
毎週木曜日 9:00～12:15頃
(初回のみ14時まで)
- 場 所：メディカル&フィットネス・アクオ
- 定 員：15名程度
(定員になり次第締め切ります)
- 内 容：気功とプールまたはジム
(お口のケア・栄養の講話を含む)
- 参加費：1回につき360円と昼食代520円
(昼食代は初回のみ)

脳トレーニング教室

楽しく楽に、脳トレーニングができる!! 楽しいから続く、続けるから、能力アップ!!

らくしゅう式機能訓練による多種多様なプログラムで楽しみながら脳トレーニング。脳を楽しく楽に、脳トレーニングができる!! 楽しいから続く、続けるから、能力アップ!



- 期 間：令和3年5月～7月(全12回)
毎週金曜日 13:00～14:30
- 場 所：コミュニティケア キタデ ゆうゆう
- 定 員：15名程度
(定員になり次第締め切ります)
- 内 容：音読・計算・両手指の運動・脳トレ体操・ゲームなど
- 参加費：1回につき240円

※各教室とも、送迎があります。

■申し込み期間

4月1日(木)～4月9日(金)まで

■問い合わせ・申込先

いきいき長寿課・地域包括支援センター

☎：63・3807

介護が必要な状態にならないために
元気なうちから 積極的に
介護予防事業に参加しましょう!



太陽福祉会から「資源回収」のお知らせ

社会福祉法人太陽福祉会「ワークステーションひだか」では、下記の日程で資源回収を行います。お手数ですが、右記指定の収集場所へお出してください。ワークステーションひだか(中紀地域職業訓練センター内)に直接お持ち頂いても結構です。

なお、ペットボトルにつきましては、プラスチックごみが深刻な海洋汚染につながると世界的に問題となり、流通がストップしたため、回収できなくなりました。ご理解・ご協力をお願いいたします。

●と き **4月18日(日)**

8:00-13:00 (小雨決行・9時より収集開始)

●収集物 新聞 雑誌(古書含む)
段ボール
アルミ缶・スチール缶

●収集場所(内原)

- ・池田公民館前
- ・東光寺公民館前
- ・内ノ畑公民館前
- ・旧農協原谷支所北
- ・小中作業所前
- ・高家北集会場前
- ・高家南集会場前
- ・萩原公民館前
- ・前川運輸第2車庫横
(坂中木工所三叉路付近)
- ・荊木公民館裏
- ・紀伊内原駅南駐車場

●収集場所(志賀)

- ・旧上志賀バス停付近
- ・大原橋付近
- ・志賀小北おろす橋東町有地
- ・下志賀コミュニティセンター
- ・川上重信氏宅三叉路付近
- ・谷口文化会館
- ・柏コミュニティセンター横



(お問い合わせ)
社会福祉法人 太陽福祉会
ワークステーションひだか
(☎20・5179)



家庭で暮らせない子どものために～地域で支える「家庭養育」～

家庭を必要とする子どもたちのために、「お帰り」「ただいま」を言える場所になりませんか？

養育里親・養子縁組里親・週末里親等様々な形で家庭に迎えてくださる里親さんを探しています。子どもたちの笑顔のために「里親」をはじめてみませんか？



●里親相談会

場所：日高町役場(1階相談室)

日時：4月23日(金) 10:00～16:00

●パネル展示 4/19(月)～4/23(金)

【お問い合わせ】 里親支援センター「なでしこ」

☎ : 0736・69・1004

FAX : 0736・69・1002

メール : nadeshiko@shirt.ocn.ne.jp

① 高家(南)集会所

(日高町高家1031の4番地)
4月16日(金) 13時30分～15時

② 萩原公民館

(日高町萩原551の1番地)
4月21日(水) 13時30分～15時

参加費 100円

メニュー

○コーヒー ○紅茶 ○日本茶
「サンプルひだか」のパンの
販売を予定しています！

対象 日高町内にお住まいの方

※新型コロナウイルス感染症予防対策のため、マスクの持参をお願いいたします。また、消毒の徹底や会場内の換気、開催時間の短縮等を行います。ご協力お願いいたします。

【お問い合わせ】

いきいき長寿課

地域包括支援センター

(☎63・3807)

「地域カフェ」を
開催します！
みなさんで、お茶を飲みながら、
楽しい時間を過ごしませんか？

