

# 高齢者はつらつ長寿推進事業 コスモス



## 参加者募集!



♪ 仲間と一緒に楽しい時間を過ごしませんか♪

はつらつ長寿推進事業とは？

- 身近な場所で健康増進活動やレクリエーションを通じて、介護予防について理解を深めながら、参加者が仲間づくりを行い、「自主活動」や「地域活動」へ参加することで、地域でいきいきと生活がおくれるよう支援しています。

◎ 対象者：名古屋市在住の65歳以上の方

◎ 参加期間：平成28年10月1日～平成29年3月31日

◎ 会場：瑞穂区内8会場にて実施

◎ 時間：週1回、午前または午後の2時間

➡ 実施会場・活動内容の詳細は裏面をご覧ください

◎ 定員：1会場20名程度 ※応募者多数の場合は抽選です

＜申込みは、名古屋市内全会場を含め1人につき1会場のみになります＞

◎ 参加費：無料（材料費など一部負担あり）

◎ 申込期間：平成28年8月10日（水）～平成28年9月9日（金）

◎ 申込方法：電話又はFAX（電話でのお申込み・お問い合わせは土日祝日を除きます）

【申込み・問合先】瑞穂区社会福祉協議会（担当：鈴木 浩 / 西岡

すすきひろし にしおか

瑞穂区佐渡町3-18 瑞穂区在宅サービスセンター2階

TEL: 841-4063 FAX: 841-4080



※都合により、事業内容が変更となる場合があります

## 実施会場

	毎週 月曜日	毎週 火曜日	毎週 水曜日	毎週 木曜日
10:00～ 12:00	陽明 コミセン	弥富 コミセン	仁所 公民館	穂波 コミセン
13:30～ 15:30	在宅 サービスセンター	井戸田 コミセン	御劔 コミセン	南新開荘 集会所

## 活動内容

※運動系、楽しみ系、知識系と毎週プログラムの内容は変わります。

【健康増進活動】軽運動、健康講話、脳トレーニングなどを行います。



【レクリエーション】介護予防・認知症予防のための手芸、ゲームなどを行います。



その他、参加者提案プログラムやセミナーなどいろいろな企画も予定しています。

## FAX 申込書

↑【FAX 番号：841-4080】

ふりがな  
お名前 \_\_\_\_\_ 男性・女性 生年月日 \_\_\_\_\_ 年 月 日生

〒 \_\_\_\_\_  
ご住所 \_\_\_\_\_ 区 \_\_\_\_\_ 希望会場名 \_\_\_\_\_ 会場

電話番号 \_\_\_\_\_ FAX \_\_\_\_\_

※お申込みいただきました個人情報は、本事業の目的のみに利用いたします。