



健康・福祉・介護のひろば

令和5年度「歌の教室」 参加者募集

「歌の教室」は介護予防事業として実施しています。歌うことは、五感を使い、脳の活性化にも役立ちます。みんなで楽しく、音楽を奏でましょう♪

★令和4年度の歌の教室では、「カチューシャの唄」「川の流れるように」「旅愁」「青葉城恋歌」「月の砂漠」「愛の讃歌」など、懐かしい曲を中心に6～7曲歌いました。最後にカンツォーネの曲にもチャレンジします。
※新型コロナウイルス感染予防対策をしながら実施します。

日時 ◆ 5月15日(月) ◆ 6月19日(月) ◆ 7月 3日(月) ◆ 8月21日(月) ◆ 9月 4日(月)
◆ 10月16日(月) ◆ 11月20日(月) ◆ 12月18日(月) ◆ 1月15日(月) ◆ 2月19日(月)
午前10時30分～11時30分

場所 多世代ふれ愛ベース長瀬

講師 るるる♪みゅ～じっく音楽教室 高橋 薫氏、 富田 駿愛氏

参加費 毎月1人500円

申込期間 4月10日(月)～4月21日(金)

申込方法 参加希望の方は電話でお申し込みください。

対象者 65歳以上の町民の方

※送迎を利用する場合は、事前に保健師が面談します。

定員 35名 *定員になり次第締め切ります。

※本事業は、はつらつポイントカード対象事業です。



問合せ 健康こども課 健康づくり担当 ☎66・3111 内線133

令和5年度「足腰らくらく教室」 参加者募集

「足腰らくらく教室」では、膝や腰、肩や首の筋力の向上に役立つ運動を行います。ほとんどが椅子に座って出来る体操で、音楽に合わせてテンポ良く足や腕を動かします。気軽にご相談ください。

日時 火曜日または水曜日 午後1時30分～3時

場所 長瀬町高齢者障がい者いきいきセンター

講師 健康運動指導士 町田 明子氏

対象者 65歳以上の長瀬町民で足腰に不安がある方

※通所介護等を利用している方は利用できません。

※事業参加にあたって、保健師が健康状態の確認をさせていただきます。

※送迎を利用する場合は、事前に保健師が面談します。

参加費：500円/月

※本事業は、はつらつポイントカード対象事業です。

問合せ 参加希望の方は、下記担当までご相談ください。

健康こども課 健康づくり担当 ☎66・3111 内線133



更 生 相 談

身体障害者の更生援護に必要な専門的な知識・技術についての相談及び指導を実施しています。補装具の処方及び適合判定、施設入所の判定、その他医療相談を無料で受けることができます。

(手足・体の障害の相談)

会場：熊谷児童相談所 **日時**：受付 午後0時30分/開始 午後1時30分 (各日程共通)

・ 4月10日(月) ・ 6月12日(月) ・ 7月10日(月) ・ 9月11日(月)
・ 11月13日(月) ・ 12月11日(月) ・ 1月15日(月) ・ 3月11日(月)

予約制ですので、早めに下記担当へご連絡ください。

問合せ 福祉介護課 福祉担当 ☎66・3111 内線144