

講習・講座

シニアのための
スポーツ教室

健康体操やジムボールなどを使った運動で、楽しくロコモ（運動機能の低下）予防や認知症予防をしましょう。

日時 10月21日(水)～11月18日
(水)の毎週水曜日
14時～15時30分

※1回のみ参加も可能です。
場所 乙川交流センターニコパル

対象 60歳以上の男女
定員 30名(先着順)
講師 森敬司氏
(理学療法士)

参加費 1回300円
(保険代込)
申込み・問い合わせ
9月1日(火)から、電話または
直接乙川スポーツクラブへ

☎2912005

農業講座

家庭菜園の実践的なノウハウを学びたい方を対象に講義を行います。みなさんの疑問にも講師がわかりやすく応えてくれます。

日時 9月25日(金)
13時～15時

場所 市役所
301会議室(3階)

対象 市内在住、在勤の方
定員 20名(先着順)
受講料 1,000円
(テキスト代500円込)

※昨年の講座に参加された方は、テキストをお持ちいただくテキスト代がいりません。
申込み・問い合わせ
経済課
☎8410637

セカンドライフの
幸せな生き方講座

楽しく幸せなセカンドライフを送るための準備を始めませんか。同世代の仲間作りのきっかけにもなります。

日にち 10月15日、11月19日、
12月17日、令和3年1月21日、
2月18日、3月18日の
全て木曜日(全6回)

時間 ①10時～12時
②13時30分～15時30分

内容 ◇笑いヨガ
◇日本画
◇マネー講座
◇ヨガ
◇ゲーブルゲーム
◇うたごえ喫茶

場所 市民交流センター
(クラシティ3階)
定員 各時間20名(先着順)
参加費 無料
申込み・問い合わせ 9月7日
(月)から、電話、Eメールで
市民協働課(市民交流センター)へ

☎3213430
Eメール s-kyodo@city.
handa.lg.jp

家族介護者を支援する
講座を開催します

仲間づくりや個別相談、講座など、認知症介護の専門職による家族支援プログラムを開催します。

日時 10月2日、11月6日、
12月4日、令和3年1月8日、
2月5日、3月5日の
全て金曜日
13時～16時

場所 市役所(3階)
301・302会議室、
305会議室(2回目以降)

対象 初期から中期の認知症の方を介護している家族で、原則6回とも参加可能な方
※介護の様子を聞き取りさせていただきます。
定員 10名
参加費 無料
申込み・問い合わせ 9月25日
(金)までに、電話、FAXで
高齢介護課へ

☎8410644
FAX 2512062

うつ病家族教室

第1回
日にち 10月22日(木)
内容 講演・交流会「うつ病の症状と治療」
講師 新畑敬子氏(みどりの風南知多病院医師)

第2回
日にち 11月9日(月)
内容 講演・交流会「家族の役割と接し方について」
講師 吉澤寛子氏(みどりの風南知多病院臨床心理士)

申込み期間 9月1日(火)～10月15日(木)

時間 10時～12時
場所 半田保健所
大会議室(4階)
対象 半田市及び知多半島5町在住で、うつ病の方のご家族
定員 各回25名(先着順)
※1回のみ参加も可能です。
申込み・問い合わせ 申込期間内に、電話で半田保健所健康支援課こころの健康推進グループへ

☎2113340

