

相談

不動産無料相談を 開催します

- 日時 7月19日(水)
13時～16時(予約優先)
- 場所 市民交流センター
相談室(クラシテイ3階)
- 問い合わせ 市民交流センター
☎②3430

全国「子ども人権 110番」強化週間

- いじめ、虐待など子どもの人権に係わる悩みごと、心配ごとなどの相談に応じます。
- 日時
6月26日(月)～7月2日(日)
8時30分～19時(土・日曜日
は、10時～17時)
- 相談方法 電話相談
☎0120-007110
- 相談員
法務局職員、人権擁護委員
- 問い合わせ
名古屋法務局人権擁護部
☎052-952-8111

県教育委員会 早期教育相談

- 日時(予約制) 7月27日
(木)・28日(金) 10時～16時
- 場所 雁宿ホール
- 対象 3歳以上の幼児から平成30年度新入学予定児とその保護者
- 相談内容 子どもの障がい、子どもの就学についてなど
- 費用 無料
- 申込み・問い合わせ 幼稚園、保育園、こども園、学校教育課にある申込書を学校教育課へ ☎④0688

発達支援相談「あゆみ」 をご利用ください

- お子さんの発達の心配や悩みごとの相談をお受けし、保健師や相談支援専門員などが適切な対応方法や専門機関などを紹介します。
- 対象 市内在住の18歳未満の児童とその保護者
- 相談方法 面談形式(予約制)
- 申込み・問い合わせ 電話で発達支援相談「あゆみ」へ ☎②6077
- ※月曜日～金曜日の9時～17時(水曜日は19時まで)、年末年始・祝日は除きます。

講習・講座

70歳こそ チャレンジ! はんだ脳活倶楽部

グループで、昔懐かしいことを楽しむ回想法で、「脳の活性」。「こころやからだの健康維持」を目指しませんか。

- 日時 7月21日(金)、8月8日(火)・22日(火)、9月5日(火)・12日(火)・19日(火)・26日(火)、10月3日(火)・10日(火)・17日(火)、11月28日(火)(全11回) 14時～15時
- ※健康測定のみの日は時間に変動があります。詳細は、後日当選者にお知らせします。

- 場所 保健センター
- 対象 70歳以上で次のいずれかに該当する方
◇物忘れが心配
◇最近、気力・体力が落ちた
◇最近、喪失感がある
◇元気を取り戻したい
- ※健康測定や大学が実施する調査にご協力いただきます。
- 定員 10名(抽選)
- 講師 梅本 充子氏(日本福祉大学准教授)ほか
- 参加費 無料

- 申込み・問い合わせ 6月19日(月)から、電話で保健センターへ
☎④0646
- ※はんだ健康マイレージの対象講座です。

からだ喜ぶ 健康料理教室 — 食事で脳を活性化 —

認知症を予防するためには毎日の食事が大切になります。脳を若々しく保つために必要な栄養や食事について学んでみませんか。

- 日時 7月25日(火) 10時～12時30分
- 場所 保健センター
- 対象 おおむね65歳以上の男女
- 定員 18名(初めての方を優先)
- 持ち物 筆記用具・エプロン・三角巾・ふきん・手拭タオル
- 参加費 500円
- 申込み・問い合わせ 6月20日(火)9時から、電話で保健センターへ
☎④0646
- ※はんだ健康マイレージの対象講座です。

はじめての コグニサイズ教室

国立長寿医療研究センターが開発した、簡単な運動と脳トレを組み合わせた認知症予防のための運動「コグニサイズ」を体験してみませんか。体力や記憶力をアップしたい方、「コグニサイズ」を学んで地域活動などに役立てたい方も参加していただけます。

- 日時 7月24日(月)～12月25日(月)の毎週月曜日(全21回、祝日を除く) 9時30分～11時
- 場所 市役所 大会議室(4階)
- 対象 市内在住で、おおむね65歳以上の方
- 定員 30名(抽選)
- 講師 介護予防リーダー
- 持ち物 運動しやすい服装・お茶(水分補給用)など
- 参加費 無料
- 申込み・問い合わせ 6月30日(金)までに、電話、FAXで高齢介護課へ
☎④0644 ⑤2062