



費用の記載のないものは無料・申し込み方法の記載のないものは不要

シニアの 簡単料理教室



問 尾張旭市食育ラボ(旧食生活改善協議会)
林 ☎080-3653-6946、北原 ☎080-1566-1201

献立 豚肉とブロッコリーのみそバター炒め、
コリアンサラダ、スープ、ご飯、水ようかん

と き 9/13(金)10:00~13:30

と ころ 保健福祉センター クッキングルーム

対 象 者 市内在住・在勤の60歳以上のかた

定 員 16人(先着)

費 用 600円(当日持参)

申し込み 9/1(日)~9/7(土)
9:00~12:00に電話で



シニア向け ニュースポーツ体験会



問 文化スポーツ課
☎76-8183、FAX.53-0401 ID 1928

スポーツ推進委員と一緒にニュースポーツを楽しむ(室内シューズが必要)

と き 9/21(土)10:00~11:30

と ころ 新池交流館・ふらっと 多目的ホール

対 象 者 市内在住の65歳以上のかた

定 員 30人(先着)

申し込み 9/13(金)までに氏名・ふりがな、住所、電話番号を電話、ファクス、メール(taiku@city.owariasahi.lg.jp)、直接か下記二次元コードで



申し込みフォーム▶



高齢者世帯などの訪問調査にご協力を

問 長寿課 ☎76-8143 ID 1663

高齢者の状況を把握し、緊急時の対応などに役立てるため、9~11月ごろに訪問調査を行います。お住まいの地区の担当民生委員が訪問しますので、ご協力をお願いします。

対 象 者 おおむね70歳以上のみの世帯(一人暮らしを含む)など

年金生活者支援給付金の請求手続き

問 保険医療課 ☎76-8151

年金収入と所得の合計額が一定基準以下の年金受給者を支援するための給付金です。新たに対象となるかたには、9月以降に日本年金機構から請求書(はがき型)が送付されます。詳細は、右記二次元コードで

日本年金機構ホームページ▶



買い物リハビリテーション



問 長寿課 ☎76-8143 ID 3120

姿勢改善や歩行を中心とした体操を行った後、店内で買い物を行う

と き 毎週火曜日(祝日・店休日を除く)10:00~12:00

と ころ イトーヨーカドー尾張旭店

対 象 者 市内在住65歳以上で次の全てに該当するかた

- 一人で買い物ができる ●外出機会が減り筋力が低下した
- 歩いてスーパーなどに行くのが困難で送迎に頼っている
- 現在通所サービスを利用していない

定 員 12人(先着。初めてのかたを優先)

費 用 1回200円(買い物代は自費)

申し込み リハビリフィットネス長久手に電話(☎64-5745)で(平日8:30~17:30)

