



あま市



日本赤十字社 愛知県支部
Japanese Red Cross Society

～包括連携協定協働事業～

あなたは大丈夫？

協力 明治安田

フレイル予防講座(学習編)

参加費
無 料

6月25日(木)

時間/午前10時～11時30分
会場/市役所2階 D会議室

加齢とともに心身の活力が低下し、健康障害を起こしやすくなった状態が「フレイル」です。フレイルから介護につながる危険信号を見逃さないための予防法をご紹介します！

【お申込】

申込期限:6月18日(木)

電子申請

(二次元コード)・

電話・FAX

定員50人

※応募多数の場合は抽選となります。



問 高齢福祉課 地域包括支援センター (担当: ^{すずむら}鈴木・^{なかしま}中島)
☎444・3159 FAX 443・2571

皆さんの活動情報お知らせください!

あま市「みんなの掲示板」Vol.2

8月号締切 6月5日(金)まで

9月号締切 7月6日(月)まで

問 人事秘書課 ☎444・1713

【会員募集】七宝川柳会

川柳を趣味の1ページに加えてみませんか。川柳を詠む。とても楽しい時間です。愉快的仲間ばかりです。初心者大歓迎。マンツーマンで指導いたします。

時 毎月第2金曜日 午後1時～3時

所 七宝公民館 ￥年4,000円

問 七宝川柳会 橋本
442・1756

【会員募集】

甚目寺ソフトテニスクラブ

部歴45年。部員50～80代10人弱。少しでも経験のある方。前期、後期高齢者、大歓迎です。

時 土・日曜日

午前9時～午後1時

遅刻、早退は自由。

所 甚目寺総合体育館

¥ 4か月5,000円

(体験無料)

問 甚目寺ソフトテニスクラブ

山内 090・7605・7092

【参加者募集】

バスケットボール体験

楽しくバスケットをしませんか?一度体験に来てね。

時 6月6日(土)

午前10時～午後1時

所 甚目寺西小学校体育館

¥ 無料

申 6月5日(金)までにお電話でお申し込みください。

問 NEXUS 柏原

090・7603・1963

【参加者募集】

エアロビ・ピラティス・体操体験会
血圧、メタボ、糖尿病改善されます。男性も参加できます。ドリンクサービスあり。

時 ①6月21日(日)②6月25日(木)
午前10時～11時30分

所 ①甚目寺公民館和風会議室
②人権ふれあいセンター多目的室

¥ 無料

申 6月20日(土)までに電話でお申し込みください。

問 3美体操 河原

090・6091・6940