

仲間と出会える 「通いの場」に 参加しませんか

「通いの場」って何？

高齢者をはじめとする多世代が気軽に集い、ふれあいを通じて「生きがいづくり」「仲間づくり」の輪を広げる場所をいいます。

開催場所は？

市内各地域の身近な公民館や集会所、公園等で「通いの場」活動が行われています。

活動内容は？

茶話会

お茶やコーヒーを飲み、お菓子を食べながら、気軽におしゃべりを楽しめます。おしゃべりすることでストレス発散し、毎日を元気に暮らすヒントが得られるかもしれません。



趣味活動

同じ趣味を持つ仲間と集うことは、日々の生活において何よりも楽しい時間です。カラオケや健康麻雀、手芸にダンス等、気の合う仲間とともに夢中で楽しむことは、心とからだの元気アップにつながります。



身体を動かす

一人で行う運動はなかなか続かないことが多いです。グラウンドゴルフや健康体操等のみんなで集まって行う運動は、健康な体を維持するとともに周りの後押しもあり、長続きします。



ミニ講座

市役所の出前講座を活用した健康維持や介護予防に関するものやスマホ教室等があります。テレビやインターネットではない身近な場所で生活に役立つ勉強会に参加しませんか。



地域活動

自分たちが生活する地域の清掃活動は身近な地域貢献です。また、農業体験を通じて、土とふれあい作物を育てることは、収穫の喜びだけでなく、人との交流を深める機会にもなります。



誰が参加できるの？

どなたでも参加できます。さまざまな世代がつながり、いざというときに支え合える関係が、豊かな地域コミュニティの形成には必要です。「通いの場」は、若者と高齢者の接点が増える中においても、世代間の相互理解が進むための活動でもあります。

参加方法は？

まずは高齢介護課へお問い合わせください。なお、市内各地域で行われている「通いの場」の詳細は、市ホームページに公開しています。



市ホームページ

問高齢介護課 (☎983-5471)

夏休みのイベント情報

▶さつき市民プールオープン

期 間 7月19日(土)～8月24日(日)
時 間 午前9時～午後5時(入場は午後4時まで)

■利用料

区 分	3歳以上 15歳未満	15歳以上 18歳未満	18歳以上
料 金	100円	200円	300円

※3歳未満、身体障害者手帳・療育手帳・精神障害者保健福祉手帳をお持ちの人、およびその介護者ならびに市内在住で遊泳せずに就学前の幼児に付き添う人(幼児1人につき1人)は利用料免除。

問八幡市公園施設事業団さつき市民プール (☎981-9450)

▶木津川川下り体験を開催します