

令和6年度

あさひ健康
マイスター
チャレンジ
対象事業

あさひ介護者のつどい

★介護者のつどいは何をするの？

介護をしているかたの心身のリフレッシュと、介護者同士の交流、相談の機会の場です。

	日時	内容
第1回	6月6日(木) 午前10時 ～12時	【多肉植物ミニプランターづくり】 癒しのかわいい多肉植物でミニプランターを作ります。 講師：浅井 洋子氏
第2回	9月4日(水) 午前10時 ～12時	【ストレッチバンドで健康教室】 身体を伸ばしてリラックス。みんなで運動しませんか？ 講師：奥村 尚之氏
第3回	令和7年 3月4日(火) 午前10時 ～12時	【健康チェックと座談会】 健康チェックと介護のお悩み相談会。 ・骨ウェーブ 骨密度測定 ・ボディチェッカー 日常のストレスと血管の老化を分析 ・ボディプランナー 脂肪率・筋肉量・基礎代謝・推定骨量・水分量を測定 ・新健康チェック！ベジチェック手のひらで野菜摂取量を測定
場所：尾張旭市保健福祉センター シアタールーム（第2回は いきいきホール）		

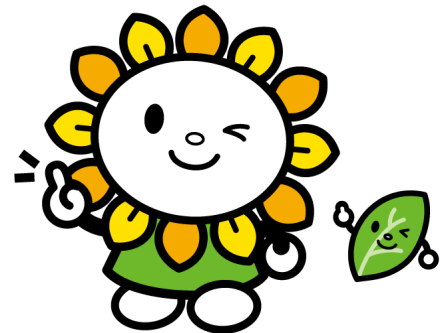
※上記は現時点の予定であり、今後変更される場合があります。

★だれが参加できるの？

要支援・要介護の認定を受けたかたを
在宅で介護している市内在住のかた

★参加費・申し込み方法は？

材料費は実費負担
尾張旭市社会福祉協議会のホームページや
開催日の1ヶ月前頃の広報でお知らせします。



<お問い合わせ先>

介護の相談窓口でもあります。お気軽にお問い合わせください。

尾張旭市地域包括支援センター	電話 0561 - 55 - 0654
尾張旭市役所 長寿課	電話 0561 - 76 - 8143
地域相談窓口<敬愛園>	電話 0561 - 53 - 9507
地域相談窓口<アメニティあさひ>	電話 0561 - 51 - 5222
地域相談窓口<サンヴェール尾張旭>	電話 0561 - 52 - 2992