

かりん便り 7月号



発行：高津老人福祉・地域交流センター
〒213-0013 高津区末長 3-24-4
電話 044(853)1722
FAX 044(853)1729
令和5年7月1日発行

区老連 輪踊りが銅メダル受賞

～ねんりんピックかながわ2022 神奈川県民ホール大会～

昨年11月、全国健康福祉祭（愛称：ねんりんピック）が神奈川県会場ほか各地で開催され、当センターで自主団体活動を行っている「区老連 輪踊り」の皆様も、総勢16名で演目「四季の花おどり」で大会参加、日頃の活動の成果を遺憾なく発揮されて見事銅メダルを獲得されました。

先日、受賞の銅メダルをお披露目いただいたので、受賞メダルに加えて日頃の活動風景とともに指導いただいている先生との集合写真を掲載しました。当センターはこれからも自主団体の皆様の活動を応援していきます。



お気軽ふらっと体操教室

令和5年7月18日（火）14:00～15:30

- < 受付 > 13:30～ ABCホール
- < 定員 > 45名（市内在住・先着順）
- < 持ち物 > 飲み物・タオル・室内用運動靴
動きやすい服装
- < 体操指導 > ヘルスパートナー高津

※楽しく無理せずに行える体操
です。是非、ご参加ください。



令和5年度健康フェア

【熱中症予防と夏の栄養摂取について】

7月27日（木）14:00～15:30

- < 受付 > 13:30～ ABCホール
- < 定員 > 市内在住 60歳以上の方 50名
- < 申込み > 7月19日（水）から電話か来所で
直接申込み（先着順）
☎ 044-853-1722



- < 持ち物 > 筆記具・室内履き・飲み物

※詳細はチラシを参照してください。

夏休みこどもお楽しみ会

～紙芝居屋さんがやってくる～

8月3日（木）10:00～11:00

- < 定員 > 市内在住 50名（小学生未満のお子さんは保護者同伴をお願いします）
- < 申込み > 7月18日（火）9:00～
電話か来所で直接申込み
（先着順）
☎ 044-853-1722

※11:00～「パン工房ア・レース」
のパン販売もあります。

【豆知識】「土用の鰻」の由来

土用は季節ごとに年4回あり、夏の土用は立秋前の18日間ほどを指しています。今年の夏の土用は7/20から8/7まで、おなじみの「土曜の丑の日」は7月30日（日）です。土用の丑の日に鰻を食べる習わしは、江戸時代の蘭学者平賀源内（ひらがげんない）が売り上げの伸びない鰻屋に「本日丑の日」と紙に書いて店前に張るよう助言をした所お客が殺到し大繁盛に。以降は他店にもそれが広まったといわれています。





7月予定表



日	月	火	水	木	金	土
						1
2 休館日	3 生活相談 ♪	4 アート書道⑦ ゆったり⑧	5 姿勢・ゆがみ⑩ フレイル予防⑪	6 スタパ相談 ピラティス⑩ ヨガ⑨ 色鉛筆⑦ スマホ(アイフォ)④ 生活相談	7 季節の折り紙⑥ 古典文学⑦ 🎵 ♪	8
9 休館日	10 精神科相談 生活相談 ♪	11 貸室抽選会 ゆったり⑨	12 フレイル予防⑫ 生活相談 ♪	13 スタパ相談 スマホ(アイフォ)⑤ ヨガ⑩ 生活相談	14 楽しく歌いましょう⑥ 内科相談 🎵 ♪	15
16 休館日	17 休館日 海の日	18 お気軽ふらっと 体操教室 こどもお楽しみ 会申込開始 アート書道⑧	19 健康フェア申込 開始 生活相談 ♪	20 スタパ相談 スマホ(アイフォ)⑥ 色鉛筆⑧ 生活相談	21 季節の折り紙⑦ 古典文学⑧ 🎵 ♪	22
23 休館日	24 介護予防教室 精神科相談 生活相談 ♪	25 ゆったり⑩	26 消防訓練 生活相談 ♪	27 スタパ相談 健康フェア 生活相談	28 楽しく歌いましょう⑥ 内科相談 🎵 ♪	29
30	31 生活相談 ♪					

♪お風呂…月・水・金 11時～14時(受付:10時30分～13時30分) 踊り…金(9時～16時)

医師による健康相談(予約制)

精神科 第2・4月曜10時～
内科 第2・4金曜13時半～
健康に関することなどお気軽にご相談ください。

日時は医師の都合により変更があります。

生活相談(月・水・木)

9:00～16:00

日常生活の中での不安、疑問など些細なことでもお気軽にご相談ください。

生活相談員が状況に応じ行政機関など関係機関をご案内します。

ス・タ・パ相談(木曜日)

13:00～16:00 1人45分

申込みは電話または直接来所

先着予約制。お使いのスマートフォン・タブレット・パソコンをご持参ください。詳しくは、「ス・タ・パ相談のご案内」をご覧ください。