

【令和6年度 後期講座】受講生募集について<12講座>

<申込期間> 令和6年8月7日(水)～8月15日(木) 9:00～16:00

<対象> 川崎市内在住の60歳以上の方 (日曜・祝日を除く)

<申込方法> 必ず申込みされる本人が 官製はがき(63円)1枚を持参の上所し
(表面にご自身の住所・氏名を記入) **当センターに直接お申込み下さい。**
所定の申込み用紙を用意しております。
申込み頂けるのは、**一人一講座のみです。**



※申込み人数が各定員を超えた場合には、抽選を行います。

初めての方は利用証を作成して頂きますので、**身分証明書を持参ください。**

講座内容・日程などの詳細は、【後期講座の受講生募集案内】を参照ください。
ホームページからでもご覧いただけます。

【高津区社会
福祉協議会】
ホームページ

熱中症に注意しましょう!!



就寝前と目覚めの一杯。
しっかり水分補給で、元気な毎日!

体の中の水分が不足すると、さまざまな健康障害の
リスク要因となります。中高年で多発する脳梗塞・心筋
梗塞なども水分摂取量の不足が大きなリスク要因のひ
とつととなっています。これら脱水による健康障害や熱
中症など重大な事故の予防には、こまめな水分補給が
効果的です。健康のため、こまめに水を飲みましょう。

熱中症警戒アラートが発表されている日は外出を控
える、エアコンを使用する等の熱中症予防の行動が重
要になります。



敬老のつどい

9月26日(木)13:30～15:30(開場 13:00)

沖縄三線・琴・ヴァイオリンの演奏をお楽しみください。

<定員> 80名(川崎市内在住 60歳以上)

<申込み> 9月17日(火)9:00より、来所か電話に
てお申込み下さい。(先着順)

<持ち物> 室内履き(スリッパ可)

また、今まで施設を良くご存知でない利用者様向けに
「センター説明・見学会」を同時開催いたします。ぜひ敬老
のつどいと合わせてご参加ください。(12:30 から 13:
00 まで。)

いずれも高津区社協 HP にチラシを掲載してあります
のでご覧ください。

8月休止のお知らせ

8月のお気軽ふらっと体操・すえなが介護予防
教室は、熱中症予防のためお休みとなります。
次回開催は9月です。

お気軽ふらっと体操:9月17日(火)
すえなが介護予防教室:9月30日(月)

写真塾 PHOTOS たかつ 作品展

7/27(土)～8/24(土)の
期間、当センター1階の
ギャラリーにおいて作品の
展示をしています。
お越しの際は、ぜひ作品を
ご覧下さい。



★★

