

介護予防教室

| 月 | 日 | 曜日 | 時間 | 場所 | 地区 | 内容 |
|----|----|------------|-------------|------------------------|---------|------------|
| 7月 | 1 | 木 | 9:00~10:30 | 忌部農業構造改善センター | 山川 | 口腔(こうくう)ケア |
| | | | 13:00~14:30 | 鍛冶屋敷公会堂 | 川島 | 栄養のお話 |
| | 5 | 月 | 9:00~10:30 | 南町集会所 | 山川 | 口腔ケア |
| | | | 13:00~14:30 | 瀬詰老人会館 | 山川 | 栄養のお話 |
| | 9 | 金 | 13:30~15:00 | 山瀬公民館 | 山川 | 健康 栄養のお話 |
| | 12 | 月 | 13:00~14:30 | 飯尾敷地公民館・飯尾敷地コミュニティセンター | 鴨島 | 健康 口腔ケア |
| | 13 | 火 | 9:00~10:30 | 川島老人福祉センター | 川島 | 相談 楽しい脳体操 |
| | 14 | 水 | 9:00~10:30 | 中部農業構造改善センター | 山川 | 相談 口腔ケア |
| | 20 | 火 | 9:00~10:30 | 東新町ふれあい会館 | 鴨島 | 相談 介護予防体操 |
| | | | 13:00~14:30 | 山川公民館 | 山川 | 相談 栄養のお話 |
| | 26 | 月 | 9:00~10:30 | 鴨島老人福祉センター | 鴨島 | 相談 栄養のお話 |
| | 27 | 火 | 9:00~10:30 | 川島公民館神後分館 | 川島 | 相談 |
| 30 | 金 | 9:00~10:30 | 森山公民館 | 鴨島 | 相談 口腔ケア | |

※健康手帳を持参してください。 ※資料がある場合があります。眼鏡が必要な方は持参してください。
 ※健康相談の受付時間は、基本的に開始時刻から30分間です。 ※講座内容は変更する場合があります。
 ※新型コロナウイルス感染拡大状況によっては中止となる場合があります。

リハビリ教室

| 月 | 日 | 曜日 | 時間 | 場所 | 地区 | 内容 |
|----|----|----|-------------|-----------|----|------------------|
| 7月 | 15 | 木 | 13:30~15:30 | 川島公民館岡山分館 | 川島 | ● 血圧測定 |
| | 19 | 月 | 13:30~15:30 | 西川田福祉センター | 山川 | ● 体力測定(握力・2ステップ) |
| | 28 | 水 | 9:00~11:00 | 八坂会館 | 山川 | ● 理学療法士による個別運動指導 |
| | 29 | 木 | 9:00~11:00 | 牛島公民館 | 鴨島 | ● 集団体操 |

● 問い合わせ 長寿いきがい課 ☎22-2264 FAX22-2260

100歳の誕生日おめでとうございます



岡田明子さん
(鴨島町上下島)
大正10年4月10日生まれ

岡田さんは鴨島町に生まれ、0歳のときに母親を亡くし、祖母に育てられました。県庁で仕事を始めましたが、病気のため退職されました。現在は、ラジオ体操や嚙下体操を行い運動を日課としています。おらかな気持ちで好きなこととして過ごすことが長生きの秘訣だそうで、習い事が好きな岡田さんは三味線や習字も習われていました。また、読書や俳句が趣味で、日記も毎日つけられているそうです。誕生日当日は親族が見守る中、笑顔で祝い状を受け取られました。

吉野川市内の100歳以上の長寿者は43人(女性40人 男性3人)になりました。

がんを防ぐための新12カ条 8条 適切な体重維持

吉野川市子育て支援施設 7月の行事予定

鴨島児童館

住所 鴨島町知恵島1208番地2
TEL・FAX 24-2379
開館日 月~土
開館時間 午前10時~午後6時(月~金)
午後1時~6時(土曜日)
6日・13日・20日・27日 火
BPPプログラム
13日・27日 火
絵画教室
21日 水 乳幼児子育て広場
28日 水 俳句教室

鴨島南児童館

住所 鴨島町飯尾550番地76
TEL・FAX 22-2277
開館日 月~土
開館時間 午前10時~午後5時30分(月~金)
午後1時~5時30分(土曜日)
5日 月・6日 火
笹飾りを作ろう!
7日 水 七夕まつり
13日 火 タルクロースリトミック
26日 月 絵画教室
30日 金 どんごこ・シャボン玉遊び

八坂児童館

住所 山川町安楽寺165番地
TEL・FAX 42-6828
開館日 月~土
開館時間 午前10時~午後6時(月~金)
午後1時~5時30分(土曜日)
1日 水 七夕制作
26日 月 夏休み課題制作
27日 火 硬筆教室
29日 木 バスバッグを作ろう
30日 金 エコバッグを作ろう

※月間行事予定表は二次元コードでご確認ください。
 ※各施設にも月間行事予定表を備え付けています。
 ※詳しくは、各施設へ直接問い合わせください。

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため行事が変更、中止になる場合がありますのでご注意ください。

子育て支援センター ちびっこプラザ

住所 鴨島町鴨島252番地1
(吉野川市民プラザ内)
TEL 22-2440
FAX 22-2441
開館日 月・水~土、第3日曜日
開館時間 午前9時~午後5時
1日 水 たなばたアート
9日 金 誕生会
12日 月 身体計測
14日 水 ママピラティス
15日 木 絵本の読み聞かせ
26日 月 リトリティ☆リトミック
28日 水 身体計測
29日 木 ママのためのリフレッシュマッサージ・産後ケアアドバイス

子育て支援室 ちびっこドーム

住所 川島町栗村2421番地1
(川島こども園内)
TEL 25-6616
FAX 25-6617
開館日 月・火・木
開館時間 午前9時~午後3時
13日 水 身体計測

子育て支援室 もうもうあいランド

住所 鴨島町牛島888番地1
(鴨島東こども園内)
TEL 24-8914
FAX 24-8922
開館日 火・水・金
開館時間 午前9時~午後3時
21日 水 身体計測

子育て支援室 ほたるルーム

住所 山川町94
(高越こども園内)
TEL・FAX 42-5758
開館日 月・水・金
開館時間 午前9時~午後3時
9日 金 子育て何でも相談
16日 金 身体計測

子育て支援館 ぶどうの木

住所 鴨島町鴨島440番地2
(認定こども園めぐみ幼稚園めぐみ保育園北側)
TEL・FAX 38-9117
TEL 24-2435
開館日 月~金
開館時間 午前9時~午後3時
7日 水 お誕生会
14日 水・15日 木 イザヤ先生と英語で遊ぼう!
27日 水 ふきこおぼさんとあそぼう!

地域子育て支援センター かもめ元気クラブ

住所 鴨島町西麻植字大東98番地1
(鴨島かもめこども園内)
TEL 24-2856
FAX 24-2857
開館日 火・木・金
開館時間 午前10時~午後3時
1日 水 作って遊ぼう
6日 火 子育て相談(健康発達)
8日 木 英語で遊ぼう
15日 水 ベビーマッサージ
29日 水 楽器で遊ぼう

地域子育て支援センター 山瀬わんぱく広場

住所 山川町諏訪266番地5
(山瀬かもめこども園内)
TEL 30-1212
FAX 30-1213
開館日 月・水・木
開館時間 午前10時~午後3時
1日 水 絵本の読み聞かせ
15日 木 運動遊び
29日 水 作って遊ぼう

子育て支援 なかよしくらぶ

住所 鴨島町鴨島乙897番地9
(鴨島中央認定こども園内)
TEL・FAX 24-2356
開館日 月・水・金
開館時間 午前10時~午後3時
14日 水 誕生会
28日 水 食育相談
30日 金 子育て相談

● 問い合わせ 子育て支援課 ☎22-2266 FAX22-2245

がんを防ぐための新12カ条 7条 適度に運動