

かほく市 いきいきシニア通信 2017

第1号 2017. 5.15 発行



かほく市長寿介護課

いきいきシニアコーディネーターの西田です。

いきいきシニア活動推進

事業は平成 28 年 10 月

からスタートしました。

60 歳以上のいきいきシニア

の皆さんを応援します。

よろしくお願いいたします。

よろしくお願いたします。

いきいきシニア活動推進事業とは

退職後の 60 歳以上、まだまだ活動の可能な世代を対象に、現役時代の能力を活かした活動や興味・関心のある活動、新たにチャレンジする活動等、様々な社会参加を促します。

いきいきシニアコーディネーターは、就労、ボランティア、趣味、学習、健康づくり等の各種情報を一元化して、セカンドライフ世代の希望に対応した窓口での相談・コーディネートの実施、セミナーの開催、情報提供を行います。

いきいきシニア活動推進

事業についてのお問合せ

かほく市長寿介護課

高齢者支援センター内

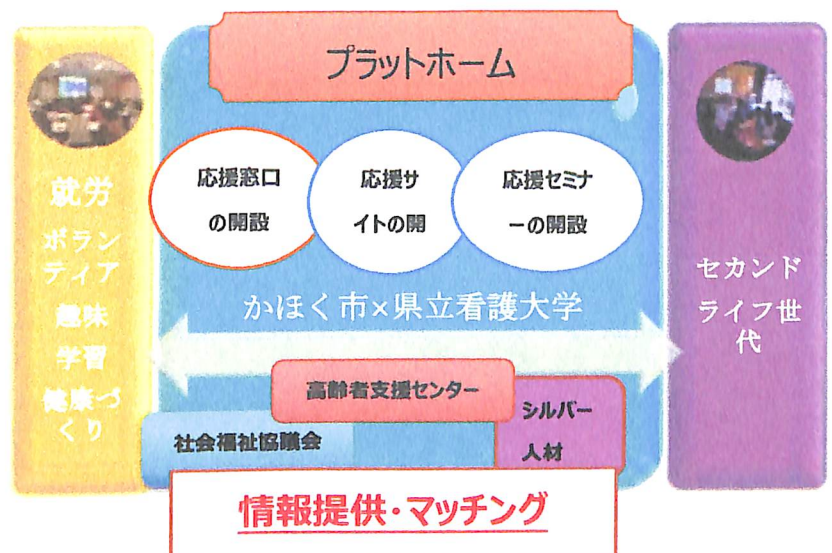
いきいきシニアコーディネーター 西田

☎076-283-7150

担当直通

TEL 090-6495-0473

✉ ikiki-s-k@outlook.jp



いろいろな情報は

かほく市いきいきシニア

検索 でフェイスブックの

ページからご覧いただけます。



3月14日(火)いきいきシニア講演会が開催されました。

石川県立看護大学 学長石垣和子先生が「シニアの力と経験値～in かほく」と題して講演されました。市内から74名が石川県立看護大学地域ケアセンター研修室に集まり、和やかな雰囲気の中、参加した皆さんが前向きな気持ちになるお話でした。



8つの講座を行いました。

28年度 いきいきシニア活動推進事業			【実績】	
	分野	講座名	期日	場所
健康づくり	栄養(食事)	60歳からの健康スキルアップ 1DAYセミナー	1月31日	宇ノ気老人福祉センター
	休養(心)		1月31日	宇ノ気老人福祉センター
	運動(体)		1月31日	宇ノ気老人福祉センター
能力向上	IT	タブレット3日間使い方講座(七塚地区)	2/14-2/16	七塚生涯学習センター
	IT	タブレット3日間使い方講座(高松地区)	3/14-3/16	シルバー人材センター
スキルアップ		終活	2月28日	宇ノ気生涯学習センター
感性向上		コミュニケーション講座	3月23日	七塚生涯学習センター
社会参加	ボランティア	ボランティア講座 基礎	3月10日	宇ノ気生涯学習センター



何かを始めたい 何をしたらいいか こんなことしてみたい

一緒に始めませんか かほく市長寿介護課 いきいきシニアコーディネーター西田まで

募集のお知らせ

スマホやタブレットを触ってみたい、使ってみてみたい方

出前講座

初めてのタブレット使い方講座

・対象・・・かほく市在住 60歳以上

5名～10名のグループでお申し込みください。詳細はお気軽にご相談ください。

お問合せ [TEL 090-6495-0473](tel:090-6495-0473) かほく市長寿介護課 いきいきシニア 西田まで