

「いきいき茨城ゆめ国体2019 開催1年前

7月1日(日)に
実施します!



久慈川水系一斉クリーン作戦」

村では、久慈川水系の環境美化と水質保全のため、久慈川の沿岸周辺で清掃活動を実施します。

期日▼7月1日(日)※雨天時は7月8日(日)に延期します。実施の有無は、当日の午前6時10分に防災行政無線放送でお知らせします。

時間▼午前7時～(1時間程度)

場所▼久慈川河川敷運動場(石神外宿・石神内

宿)、竹瓦橋兩岸、亀下堤防付近、豊岡排水機場付近

その他▼▽ごみ袋を配布します。▽軍手をお持ちください。

問い合わせ▼都市整備課管理担当(☎282-1711 内線1243)



とうかい健康ポイント
対象事業

東海村シルバーリハビリ体操指導士会による

「いきいき体操教室」の開催場所が変わります!

石神・村松コミュニティセンター内装工事開始に伴い、同センターで開催している介護予防事業「いきいき体操教室」の開催場所を変更します。初めての方の参加も可能ですので、ぜひご参加ください。

日程等▼7月～平成31年3月までの指定期間(下表参照)

場 所	期 日	
村民活動センター 「えがお」 (活動室1・2)	7月	3日・17日・24日・31日(全て火曜日)
	8月	7日・21日・28日(全て火曜日)
	9月	4日・18日・25日(全て火曜日)
	10月	2日・16日・23日・30日(全て火曜日)
	11月	6日・20日・27日(全て火曜日)
	12月	4日・11日・18日・25日(全て火曜日)
	1月	8日・15日・22日・29日(全て火曜日)
	2月	5日・12日・19日・26日(全て火曜日)
	3月	5日・19日・26日(全て火曜日)
村松山虚空蔵堂 信徒会館(客殿の奥)	7月	27日(金)
	8月	24日(金)
	9月	28日(金)
	10月	26日(金)
	11月	16日(金)
	12月	21日(金)
	2月	22日(金)

時間▼午前10時～11時30分

対象▼村内在住で65歳以上の方

参加費▼無料

その他▼▽飲み物やタオル(汗拭き用)、ヨガマット(ない方はバスタオル)をお持ちの上、動きやすい服装でご参加ください。▽他の開催場所での日程等は「広報とうかい」毎月25日号に掲載予定です。

問い合わせ▼地域包括支援センター(☎287-2516)

「シルバーリハビリ体操 フェスティバル」

誰もが気軽に取り組むことができ、介護予防と健康増進に高い効果が認められるシルバーリハビリ体操。当日は、専門職の方による講話や相談会も実施しますので、介護予防のために参加してみたい方がいますか。

期日▼7月15日(日)

時間▼午前10時～正午

場所▼東海文化センター

対象等▼村内在住の方(約100人)

内容▼▽医療専門職による講話 ▽シルバーリハビリ体操体験 ▽理学療法士による相談会

参加費▼無料

問い合わせ▼茨城県保健衛生会館内
茨城県理学療法士会事務所(☎029-353-8474)※事前申し込みは不要です。

