

募集

シルバー人材センター
会員募集中！



問 シルバー人材センター
☎823-2733 FAX.822-5512

あなたの知識と経験を生かしてみませんか。**入会説明会を開催**します。(説明会の参加のみでもかまいません。入会申し込みは希望者のみです)

- 日時 1月13日(火) 13時30分から
1月27日(火) 13時30分から
- 場所 はらけんリフォームシルバープラザ
- 入会資格 町内在住の60歳以上の健康で働く意欲のある人
- 業務内容 施設管理・一般企業清掃・墓地清掃・機械除草・剪定・自動車運転・介護ヘルパー・育児支援(看護師または保育士を含む)・駐輪場管理 など

募集

読み聞かせボランティア
はじめませんか？



問 町立図書館
☎823-3215 FAX.824-3315

図書館では、「学校訪問おはなし会」「ももたろうくんのおはなし会」「赤ちゃんのためのおはなし会ももちゃんくらぶ」という**3つの読み聞かせボランティアを募集**しています。

絵本や児童書とこどもをつなぐ、やりがいのある活動です。絵本や子どもが好きな人、一緒に活動しませんか。

おはなし会の見学やボランティア登録を希望する人は、図書館に問い合わせてください。



健康

ノルディック同好会
～冬の部～



問 健康づくり推進課(役場2階)
☎823-4418 FAX.823-0020

寒さが厳しい季節ですが、ノルディックポール持って一緒に歩き、身体を温めましょう。

●冬の部の日程 ※コースは変更となる可能性があります。

日にち	コース
1月20日(火)	一貫田公園 → 大師寺
2月12日(木)	尾崎神社(矢野)
3月 6日(金)	ふるさと館


- 集合時間 9時30分(11時30分ごろ解散)
- 集合場所 役場1階 玄関前 ※雨天時は、朝7時のNHK天気予報で午前中の降水確率60%以上で中止。
- 持ち物 水分、帽子、動きやすい服装
※ノルディックポールは貸し出します。
- 申し込み 前日までに電話で健康づくり推進課へ。

健康

保健行事

問 健康づくり推進課(役場2階)
☎823-4418 FAX.823-0020

●ひきこもり研修会のお知らせ

日時	1月10日(土) 13時30分～16時(開場13時から)
内容	ひきこもりは世界の話？ 日本の精神科医による日仏ひきこもり臨床経験から得られたもの 対 象:ひきこもりに関心のある住民、支援者 定 員:150人(先着順) 講 師:名古屋大学 総合保健体育科学センター 准教授 古橋 忠晃先生 参加費:無料 申し込み:GoogleフォームまたはFAX(573-7363) 問い合わせ:広島ひきこもり相談支援センター ☎573-1184 hikikomori@footandwork.com 
場所	ビッグフロントひろしま5階ホールABC(広島市南区松原町5-1)

●睡眠ワンポイントアドバイス(こころの相談室)

日時	1月21日(水) 13時30分～15時30分
内容	睡眠に関する悩みごとに対して、専門家に個別相談ができます。あなたの悩みに合わせたアドバイスをしします。気軽に相談してください。 相談内容(例) 睡眠に関する悩み事(寝つきが悪い、途中で目が覚めて眠れない、早朝覚醒) 対 象:本人または家族など、どなたでも参加できます 定 員:3人(先着順) 講 師:睡眠改善インストラクター 山岡 香織さん 参加費:無料 申し込み:1月15日(木)までに健康づくり推進課へ(電話可)
場所	役場3階 会議室

訂正とお詫び

問 住民課(役場2階)
☎823-9205 FAX.823-9627

広報かいた12月号裏表紙「海田町の人口」に誤りがありました。お詫びして訂正します。

【誤】9月末現在 【正】10月末現在

健康

始めよう健康マージャン！



問 健康づくり推進課(役場2階)
☎823-4418 FAX.823-0020

町内の各会場で、健康マージャンを行っています。
大人気の健康マージャン、初心者にも丁寧に指導します。

認知症予防にもなります。

●募集中の教室

日時	場所	講師
毎週火曜日 午前 9時30分～12時 午後 13時～15時30分	はらけんリフォーム シルバープラザ	日本健康麻将協会 認定 レッスンプロ 有田 圭壮さん
毎週木曜日 9時30分～12時	町民センター	

- 対象 65歳以上(令和8年3月末時点)
- 持ち物 お茶など
- 参加費 月額4,000円(月4回)
- 申し込み 健康づくり推進課へ。



福祉
介護

令和7年度 家族介護教室



問 地域包括支援センター(役場2階)
☎821-3210 FAX.823-9627

介護についてのさまざまな知識や技術を学ぶ教室を開催します。高齢者の介護をしている人はもちろん、介護や健康について関心のある人ならどなたでも参加できます。

今月のテーマ

10歳若返る！高齢者向け体操教室

健康運動指導士の指導でフレイル予防やご自身の健康づくりに向けた取り組みを学びましょう

- 日時 1月21日(水) 13時30分～15時30分
- 場所 ひのうらセンター 1階 研修室
- 対象 町内在住の要介護者を介護している人
介護に関心のある人

- 定員 15人
- 講師 健康運動指導士 中尾 昌代さん
- 参加費 無料
- 申し込み 電話で地域包括支援センターへ。

☎海田町の市外局番は082です

福祉
介護

認知症カフェ



問 長寿保険課(役場2階)
☎823-9609 FAX.823-9627

認知症の人やその家族がゆったりと過ごしたり、必要な情報を集めたりすることを目的とした認知症カフェを町内2カ所で行います。参加にあたっては、事前の予約などが必要な場合がありますので、必ず問い合わせ先に確認してください。

①認知症カフェ花みずき

- 日時 1月28日(水) 13時30分～14時30分
- 場所 特別養護老人ホーム花みずき(大立町6-4)
- 問い合わせ 特別養護老人ホーム花みずき(☎821-0201)

②海田町オレンジライン

- 1月開催 ●日時 1月10日(土) 13時30分～15時30分
●場所 ひのうらセンター(中店8-33)
- 2月開催 ●日時 2月7日(土) 13時30分～15時30分
●場所 町民センター(寺迫1丁目1-29)
- 問い合わせ 原本 明美さん(☎090-8242-0639)

福祉
介護

令和7年度 第8回
スマートフォンセミナー



問 地域包括支援センター(役場2階)
☎821-3210 FAX.823-9627

さまざまなテーマでスマートフォンの機能、アプリ操作が学べます。**スマホ初心者でも安心して受講できる体験型セミナー**です。気軽に申し込んでください。

- 日時 1月29日(木) 13時30分～15時30分
- 場所 役場1階 多目的室1-1A
- 今月のテーマ

応用講座①

スマホでマイナンバーや公金受取口座を登録しよう
面倒な手続きも、スマホでお手軽に。**生活をちょっと便利にする方法を学びましょう。**

応用講座②

スマホで確定申告(e-tax)をしよう
時間や場所に縛られないスマホでできる確定申告の手段について学べます。

※スマートフォン(Android)体験機を1人1台貸し出します。

- 対象 町内在住の65歳以上の高齢者など
※契約中の通信会社を問わず参加可能。
- 定員 20人 ※受講申し込みが10人以下の場合は中止。
- 講師 ソフトバンク スマホアドバイザー
- 参加費 無料
- 申し込み 電話で地域包括支援センターへ。

