

地域の皆さんに支えられ、今年1日に海田町高齢者事業団設立から25周年を迎えました。現在、海田町に居住する60歳以上の健康で働く意欲のある住民282名が会員に登録し、各方面で活躍しています。

シルバー会員は社会参加活動や、臨時的かつ短期的な仕事を通じて地域の皆さんのお手伝いをしています。これまでの経験や能力を生かして働き、健康の維持、日常生活の充実、仲間作りをしたいと考えている皆さん、ぜひ会員に登録して一緒に活動しませんか。

入会資格◆
町内在住で60歳以上の健康で働く意欲のある人

入会を希望する人は、毎月第2・4火曜日に開催する入会説明会に参加してください。

○12月の予定
日時◆12月10日(火)、24日(火) 13時30分～

場所◆シルバー人材センター(中店8～14)

募集中！

めざせ美文字！書道講習
きれいな字を書けないと悩んでいる人、新年から美文字をめざし書道にチャレンジしませんか。

日時◆来年1月17日(金)、2月21日(金)、3月20日(木)
13時30分～15時30分(全3回)

場所◆海田町シルバー人材センター(中店8～14)

持参物◆筆記用具
受講料◆無料
※託児を希望される人は要申し込み。(有料)

あんしんお届けサービス
暮らしの中で困っていることがありますしたら、シルバー会員がお手伝いします。

対象◆65歳以上の高齢者世帯
利用料金◆500円(利用時間30分以内※事務費と消費税を含む。)

仕事内容の例◆朝のゴミ出し、電球の取り替え、外出・散歩の付き添い、季節ごとの衣類や家電の入れ替えなど

※対象外の世帯は要相談。

催し名	月日	時間	費用	内容など
健康相談	12月10日(火)	13：30～14：30	無料 (自由に参加できます)	内容＝保健師による個別健康相談、血圧測定、検尿 対象＝40歳以上

催し名	月日	時間	費用	内容など
健康相談	12月10日(火)	13：30～14：30	無料 (自由に参加できます)	内容＝保健師による個別健康相談、血圧測定、検尿 対象＝40歳以上

催し名	月日	時間	費用	内容など
健康相談	12月10日(火)	13：30～14：30	無料 (自由に参加できます)	内容＝保健師による個別健康相談、血圧測定、検尿 対象＝40歳以上

企画展

むかしのくらし展

～ちょっと昔の なつかしい道具たち～

主に昭和時代に使われた生活道具など約100点を展示しています。むかしの道具を実際に体験するコーナーもあります。

会期◆来年2月23日(日)まで
時間◆9時～17時
会場◆企画展示室
入場料◆無料

▼土・日曜日、祝日は「石うす」や「しょいこ」なども体験できるよ！





**公益社団法人
海田町シルバー人材センター**

問い合わせ・申し込み先◆
海田町シルバー人材センター
☎82312733
☎82215512

**おかげさまで
設立25周年**

保健行事	保健センター	☎823-4418 ☎823-0020 休館日：土・日曜日・祝日 12/28(土)～1/5(日)
------	--------	--

催し名	月日	時間	注意事項など	
すくすく赤ちゃん (育児教室)	12月6日(金)	13：00～13：20 整理券配布 12：30～	乳児の発達観察、身長・体重測定、育児・ブクスタートの話など 対象＝平成25年7月生まれ	
	来年 1月16日(木)		対象＝平成25年8月生まれ ※出席できない人は連絡してください。	
1歳6カ月児健康診査 (1歳6カ月～2歳未満)	12月12日(木)	13：00～13：30 整理券配布 12：30～	対象＝平成24年5月生まれ	
	来年 1月17日(金)		対象＝平成24年6月生まれ	
3歳児健康診査 (3歳～4歳未満)	12月11日(水)	13：15～13：45 整理券配布 12：30～	対象＝平成22年8月16日～9月30日生まれ	
	来年 2月4日(火)		対象＝平成22年10月1日～11月15日生まれ	
ひまわり栄養相談 (個別栄養相談)	月～金曜日 (祝日を除く)	9：00～16：00	高血圧、糖尿病、脂質異常症などの食事療法や正しい食生活について 申し込み＝事前に電話で保健センターへ	
健康相談室	毎週月曜日 (23、30日を除く)	9：00～11：00	保健師・栄養士による身体計測、尿検査、血圧測定、育児相談、離乳食相談、健康相談など 対象＝赤ちゃんから高齢者まで 持参物＝母子健康手帳または健康手帳	
福祉の現場から 1・2・3 (精神障害者 家族会公開講座)	12月5日(木)	14：30～16：00	「親亡き後の、わが子にのこす大切なこと」 講師＝谷川社会福祉事務所 谷川ひとみ氏 対象＝この講座に関心のある人(申し込み不要) 場所＝海田公民館3階	
こころの相談室 (精神保健福祉相談)	12月9日(月)	13：30～15：30	精神科医師による心の不安、思春期の悩み、アルコール依存などの相談 対象＝本人または家族など 申し込み＝2日(月)までに電話で保健センターへ	
家族会	12月16日(月)	13：30～15：00	精神障がい者の家族などが集まり、日々の悩みや喜びなどについて語り合う会です。 対象＝精神障がい者の家族など 申し込み＝13日(金)までに電話で保健センターへ	
健康応援隊育成講座	12月18日(水)	10：00～12：00	内容＝「手のひらを太陽に」の曲に合わせて元気になる体操をつくっています。仲間になりませんか。	
どんぐり相談 (子育て相談)	来年 1月8日(水)	14：00～17：00	子どもの成長についてどんなことでも相談してください。 医師＝県立障害者療育支援センター わかば療育園園長 河野政樹氏 申し込み＝12月26日(木)までに電話で保健センターへ	
パパママスクール	来年 1月26日(日)	10：00～12：00	沐浴体験会	これから誕生する赤ちゃんのために、パパとママ一緒に準備してみませんか。 対象＝妊婦(妊娠16週～)とその家族 ※一人での参加も可。 定員＝15組 持参物＝母子健康手帳 申し込み＝事前に電話で保健センターへ
	2月18日(火)		お産の経過 マタニティヨガ	
	3月4日(火)		妊娠中に知っておきたいこと	

場所＝保健センター

駐車場＝旧千葉家住宅駐車場を利用してください。(セブンイレブン海田中店店の隣にあります)

ヘルスマイト
食育教室

バランスプレートを作ろう！ クリスマス♪ おやこクッキング

親子で楽しくお料理
しましょう！
子どもと一緒に作れる
簡単クリスマスメニューを紹介します。



日時◆12月18日(水) 10時～13時
場所◆福祉センター
対象◆2歳以上の子どもとその保護者
メニュー◆にんじんピラフ ミートローフ カラフルサラダ
定員◆16組
参加費◆300円(当日お持ちください)
持参物◆エプロン、三角巾、ふきん
申し込み◆10日(火)までに電話で保健センターへ

17 2013年(平成25年) 12月号

16