

夏の太陽が照りつける暑さが日ごとに加わって参りましたが、皆様いかがお過ごしでしょうか。これからの季節は水分補給が重要となってきますので、小まめな水分補給を心がけ夏に向けて体調を整えましょう。特にスポーツドリンクなどのイオン飲料水は速やかな水分補給が行えます。健康管理をおこない元気に暑い夏を乗り切りましょう。



ルーエハイム納涼夏祭りのお知らせ

～ 踊りでつなごう 地域の輪～



日時 8月4日(木) 19:00～21:00(雨天決行)

場所 ルーエハイム1階ホール

焼きそば・かき氷・ジュースなどの屋台も出ます。

皆様お誘い合わせのうえ、お気軽に遊びに来てください!

浴衣で踊ってくださる方大歓迎です。皆様のお越しをお待ちしております。

駐車スペースに限りがございますので、当施設の送迎バスをご利用ください。自家用車の方は、乗り合わせでお越しいただきますようお願いいたします。

送迎バス出発場所

合川地区市民センター・合川地区コミュニティーセンター・徳居集会場・
天名地区市民センター・徳田ふれあい会館・国府台東バス停

送迎バスは各場所を18:30に出発いたします。

また、盆踊り終了後にはルーエハイムから各場所へ送迎いたします

介護相談コーナーでは、簡単健康チェックや介護の相談をお伺いします。

平成23年8月の介護予防教室のお知らせ



ルーエハイムでは、地域の「いきいき介護予防事業」として、太極拳教室・調理実習や、管理栄養士による栄養教室、転倒予防、尿失禁予防体操などの教室を開催しております。興味・関心ある内容の教室だけでもご参加頂けますので、お気軽にお問い合わせください。男性の方も是非ご参加ください！！お待ちしております。

開催日：平成23年 8月12日（金）太極拳
8月26日（金）栄養教室

時間：午後 1時 30分 ~ 2時 30分

場所：ルーエハイム 2階 相談室

参加費：無料

募集対象者：概ね 60 歳以上の方、または介護予防に関心のある方



ルーエハイムより各地域への送迎も行っております。 お申し込み時にご希望ください。駐車場もございます。

お申し込み、お問い合わせ先	お電話にてお申し込みください
住所：鈴鹿市長法寺町763番地 特別養護老人ホーム ルーエハイム	
059 - 372 - 3811	担当者 安田・浅岡

平成23年度 合川公民館「いきいき介護予防教室」は、10月より開催予定です。

在宅介護支援センターでは、高齢者・在宅で介護の必要な方への相談援助を行っております。内容により、市役所・地域包括支援センターなど必要な各連携機関へのご紹介をさせて頂いたり、ご自宅へ訪問しご相談をうかがうこともできます。料金はかかりません。お困り事、相談事がありましたらお気軽にお電話ください。

在宅介護支援センター ルーエハイム	担当	安田・浅岡
鈴鹿市長法寺町字権現763番地	電話番号	059 - 372 - 3811
訪問・来所相談 平日8:45 ~ 17:30	電話相談	24時間受付けております