

# かめやま

2021 OCT  
10/16  
No.386

お知らせ版

<b>主な内容</b>	暮らしの情報BOX .....	1
	広報ガイド(11月) .....	7
	一次救急当番医(11月) .....	8

暮らしの情報 **BOX**

★ **もよおし**

**森の3つの楽しみ方at東海自然歩道～ツリークライミング、木工工作、森歩き～**

鈴鹿川等源流の森林づくり協議会事務局(産業振興課森林林業グループ内 ☎84-5068)

坂下地区の東海自然歩道およびその周辺で、森や木と触れ合い、親しんでいただくイベントを行います。

地域が育む資源に触れ合える機会に、皆さんも参加してみませんか？

**と き** 11月3日(祝)  
午前9時30分～正午

**と ころ** 鈴鹿峠自然の家  
ブレンディの森

**対象者** 市内に在住する人  
**定 員** 5組(1組5人以内)

※申込者多数の場合は抽選

**参加費** 無料

※木工工作は各組で1個

**持ち物など** 動きやすい服装

**申込期限** 10月25日(月)

**申込方法** 産業振興課森林林業グループへ電話でお申し込みください。

**その他** ツリークライミングは、時間の都合上、小学3年生以上で各組1人の体験とさせてい

ただきます。



**介護者のつどい  
～栄養を考えた介護予防～**

長寿健康課高齢者支援グループ(あいあい ☎84-3312)

介護者自身の健康づくりのための講座と交流会を開催します。

**と き** 11月16日(火)  
午後1時30分～3時

**と ころ** 亀山市社会福祉センター3階

※当日は元気丸カフェと同時開催

**講 師** 管理栄養士・健康運動指導士 轟田七彩さん

**対象者** 高齢者を介護している人、介護に関心のある人

**定 員** 10人程度(先着順)

**参加費** 無料

**申込期限** 11月12日(金)

**申込方法** 長寿健康課高齢者支援グループへ電話または直接お申し込みください。

**カナリア(認知症)カフェ**

長寿健康課高齢者支援グループ(あいあい ☎84-3312)

カナリアカフェは、認知症のことで心配のある人やその家族、地域の人、専門職などが気楽に集い、交流、情報交換、相談ができる場です。「ゆっくりできる居場所」として気軽にお立ち寄りください。

※認知症に関する個別相談も実施  
**対象者** 認知症の人やその家族、地域住民など

**参加費** 無料

※事前の申し込みは不要

**元気丸カフェ**

**と き** 11月16日(火)

午後1時30分～3時30分

**と ころ** 亀山市社会福祉センター3階

※介護者のつどいと同時開催のため、会場を変更して実施します。

**問合先** 長寿健康課高齢者支援グループ(☎84-3312)

**はなカフェ**

**と き** 11月26日(金)

午後1時30分～3時30分

**と ころ** 老人福祉関センター

**問合先** はなの家(☎96-0217)



※新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、掲載した行事が中止または延期になる場合があります。詳しくは、各問合先にご確認ください。