

茅葺き写真展をウェブで公開

旧小川家住宅のかやぶき屋根のふき替え記録写真をごらんください

旧小川家住宅は、江戸時代の中期（18世紀半ば）に上和田に建てられました。昭和59年には市域に現存する最古の民家として、市指定重要有形文化財に指定。平成5年に郷土民家園に移築、復原し、今年3～5月には、移築以来初めてかやぶき屋根を全面ふき替えしました。今回、その記録写真の一部を「茅葺き写真展」としてホームページで公開しています。

なお、ふき替え後のかやぶき屋根の公開は8月以降を予定しています（7月末まで、工事の仮囲いがあり住宅全体は見られませんが、園内で写真展示しています）。

掲載ホームページ▼「文化百花」http://www.city.yamato.lg.jp/bunika/hyakka/kayabuki_shashinten.html。



ふき替え工程の写真をお楽しみください



※右のコードを読み取ると便利です。

■郷土民家園(泉の森内)
開園時間▼午前9時～午後4時(月曜日休園(月曜日が休日の場合はその翌平日))
問い合わせ▼郷土民家園(スパーツ・よか・みどり財団) ☎(260)5790。



伝統的な手法で歴史をつなぎます

▼市役所文化振興課市史・文化財係 ☎(260)5225 FAX(263)2080

脳とからだの健康チェック

15分程度の検査で気軽に認知機能をチェック

脳とからだの健康チェックは、簡単な体力測定のほか、タブレット端末を使用してタッチパネル形式で問題を解くことで、記憶力や注意力などの認知機能を同年代のデータと比較し、自分の健康度を確認するものです。タブレット端末の操作は、職

員が1対1で丁寧にサポートします。脳とからだの健康度を知り、これからの生活に活用してみませんか。
対象▼65歳以上の市内在住者
定員▼各回先着1人
申し込み▼電話で人生100年推進課へ。

とき	ところ
7月 7日(水)	生涯学習センター
8日(木)	保健福祉センター
9日(金)	
12日(月)	
14日(水)	
19日(月)	渋谷学習センター
20日(火)	保健福祉センター

午前 9時30分～・10時40分～・午後 1時～・2時10分～・3時20分～ (1人60分程度)



自身の状態が一目で分かる結果報告書

▼保健福祉センター人生100年推進課認知症施策推進係 ☎(260)5612 FAX(262)0999

運動による認知症予防セミナーを開催

自宅で一人でもできるコグニサイズ講座

コグニサイズは、運動をしながら簡単な計算やしりとりなどをするエクササイズです。脳とからだの機能を向上させることが期待できます。認知症の予防の一つとして、コグニサイズを学んでみませんか。

とき▼7月9日(金)午後2時～4時

ところ▼ポラリス
対象▼65歳以上の市内在住者

定員▼先着15人
持ち物▼あればスマートフォン、タブレット端末
申し込み▼住所、氏名、年齢、電話番号を記載し、ファクスまたは電話で人生100年推進課へ。

▼保健福祉センター人生100年推進課認知症施策推進係 ☎(260)5612 FAX(262)0999



介護者交流会・認知症相談会を開催

公認心理師がサポートします

①介護者どうしが認知症の人の介護について語り合う介護者交流会、②公認心理師が認知症の人を介護する家族の悩みの相談に応じる認知症個別相談会を開催します。

とき▼①7月20日(火)午後1時30分～3時30分、②27日(火)午後1時30分～2時30分・3時30分

ところ▼①シロウス6階生涯学習センター、②保健福祉センター
対象▼認知症の人を介護する家族

など(本人または家族のどちらかが市内在住者)
定員▼①10人、②各回1人
申し込み▼電話で人生100年推進課へ。

▼保健福祉センター人生100年推進課認知症施策推進係 ☎(260)5612 FAX(262)0999

健康遊具体験会を開催

仲間と一緒に体を動かしてみませんか

健康長寿の秘けつを学びながら、健康遊具を使って運動する健康遊具体験会を開催します。健康遊具の正しい使い方や、筋トレと有酸素運動を組み合わせた効率の良いトレーニング方法などが学べます。ぜひご参加ください。

持ち物▼飲み物、タオル、動きやすい服装
申し込み▼電話で健康づくり推進課へ。
※雨天の場合は、室内プログラムのみ。

共通事項
対象▼市内在住者
講師▼市理学療法士

とき	公園	集合場所	定員
7月6日(火) 午前10時～11時	西鶴間二丁目公園、西鶴間1号公園	地域医療センター	先着15人
7日(水)・21日(水) いずれも午後1時～2時30分	つきみ野3号公園	つきみ野学習センター	各先着10人



腕、肩、背筋のストレッチと筋力向上に効果がある「ぶらぶらストレッチ」(西鶴間二丁目公園などに設置)



バランス感覚や上下肢、背筋の筋力向上に効果がある「サイクルステーション」(つきみ野3号公園などに設置)

▼保健福祉センター健康づくり推進課地域保健活動係 ☎(260)5663 FAX(260)1156

