

このコーナーでは、シニア世代の皆さんにお伝えしたい市政情報や講座案内などをまとめて紹介します。

みんなの認知症予防ゲーム講座

～楽しく笑って脳いきいき～ ID 35549

内容 「みんなの認知症予防ゲーム」は、脳に良い少しの刺激と人との交流が凝縮された、性別、年齢問わず、楽しむことができるゲームです。ゲームを通して、皆さんで楽しく認知症予防しませんか。

日時 4/3～9/18の第1・3木曜日(全10回)
10:00～11:30 ※5/1、8/21を除く

場所 ふれあいセンター3階 大会議室

対象 市内在住で10回参加可能な方

定員 15人(先着)

申込み 3/31(月)までに、電話で地域包括ケア推進課

問合せ先 地域包括ケア推進課
(☎ 76-1188)



▲ホームページ

家の近くでできる!ふれあい・いきいき サロンボランティア講座

内容 自宅の近くで開催されている集いの場「サロン活動」について知ることができ、実際にボランティアの方の話を聞くことによって、地域活動を始めのきっかけとなる研修です。

日時 3/17(月) 14:00～15:00

場所 ふれあいセンター2階 視聴覚室

対象 市内在住・在勤の方

定員 30人(先着)

申込み 3/10(月)までに、申込フォームまたは電話で社会福祉協議会地域福祉課

問合せ先 社会福祉協議会 地域福祉課
(☎ 65-7051)



▲申込フォーム

寿学園 3月の開催日

ID 5880

内容 ◆寿学園とは…毎月1回開催し、月ごとにいろいろな内容の講演や余興を行います。

【3月の学園】

さすらいのエンターティナー新之介(ひとり芝居)、ミッフル藤井(ものまね)、桜ゆみ(歌謡)、柳家小三亀(司会)

日時 3/21(金) 10:15～正午

場所 勤労センター 多目的ホール

対象 市内在住で65歳以上の方

申込み 電話または直接支え合い協働推進課

その他 市民会館の工事のため、勤労センターにて午前のみで開催していましたが、4月より市民会館で午前・午後の開催とします。また、原則第3金曜日に開催をしていましたが、4月より原則第4水曜日の開催へ変更します。

問合せ先 支え合い協働推進課 (☎ 76-1149)

アクティブシニア教室

「女性必見!止められる老化」 ID 46987

内容 いつまでも若々しくいるためには、体の内側を整え、健康を保つことが重要です。老化を防ぐための栄養や日々の行動について学びましょう。

日時 3/24(月) 10:30～11:30

場所 ラピオ2階 ワクティブこまき

対象 市内在住・在勤の方

定員 35人(抽選)

申込み 3/10(月)までに、申込フォームまたは電話で健康生きがい推進課

問合せ先 健康生きがい推進課 (☎ 39-6568)



▲申込フォーム

☎ このページに掲載しきれない情報は、「イベント情報(20ページ)」やホームページ「シニアの方に役立つ情報」をご確認ください。

ホームページ「シニアの方に役立つ情報」やページID検索はこちらから▶



ID 16059