



認知症サポーターステップアップ講座

時 12/19(木)
午後2時～3時30分
(受付開始 午後1時40分)
場 佐織公民館 3階研修室
内 認知症サポーター養成講座で学んだことを復習し、認知症の人への適切な接し方を学びます
※8/8(木)に開催した認知症サポーターステップアップ講座と同じ内容になります。
対 認知症サポーター養成講座を修了された方で、今後認知症サポーターとしてボランティア活動に興味、関心がある方
定 20人
申 11/11(月)～12/11(水)
※定員になり次第、受付終了
問 高齢福祉課 ☎(55)7116

「スマートフォン教室QR決済編」

時 12/5(木)午後1時～3時
内 QR利用でお買物に挑戦
場 佐織総合福祉センター 2階会議室
講 ソフトバンク株式会社
対 市内在住の60歳以上の方
定 15人
申 11/7(木)午前9時～問い合わせ先へ
問 佐織総合福祉センター ☎(24)9733

「手作り紙芝居と楽しい音楽」

時 12/18(水)午前11時～正午
内 手作り紙芝居
場 佐織総合福祉センター 1階ロビー
講 松ぼっくり
対 どなたでも参加できます。
定 50人
申 11/20(水)午前9時～問い合わせ先へ
問 佐織総合福祉センター ☎(24)9733

フレイル予防教室 全6回

時 12/3・10・17・24、
R7.1/21、2/18(火)
(12/3、1/21は体力測定あり)
午後1時30分～3時30分
(受付開始 午後1時10分)
場 佐織公民館 3階研修室
内 フレイル予防について、運動、口腔、栄養のプロが講義および実技を行います。体力測定をし、自身の運動能力を確認できます。認知症予防を目的とした、頭を使いながらの運動も行います。
講 株式会社ジェネラス
対 65歳以上の市民
定 20人
申 11/11(月)～25(月)
※定員になり次第、受付終了
問 高齢福祉課 ☎(55)7116

「認知症の理解」

時 12/3(火)午後1時～3時
内 「認知とは?を学ぶ!」
場 佐織総合福祉センター 2階会議室
講 明治安田生命株式会社
対 市内在住の60歳以上の方
定 15人
申 11/5(火)午前9時～問い合わせ先へ
問 佐織総合福祉センター ☎(24)9733

ヨガ教室 全8回

時 11/27、12/4・11・18・25、
1/8・15・22(水)
午後2時～3時30分
(受付開始 午後1時45分)
場 佐織公民館 3階研修室
内 呼吸法やヨガの動きで代謝改善、リラックス効果が期待できます。年齢に関係なく、また運動が苦手な方にもおすすめです。
講 NPO法人ママ・ぷらす
対 65歳以上の市民
定 20人
持 ヨガマット(お持ちでない方はバスタオル2枚)
申 11/11(月)～22(金)
※定員になり次第、受付終了
問 高齢福祉課 ☎(55)7116

「認知症予防」

時 11/29(金)午後1時～3時
内 認知症の予防について学ぶ
場 佐織総合福祉センター 2階会議室
講 ヤクルト販売株式会社
対 市内在住の60歳以上の方
定 20人
申 11/1(金)午前9時～問い合わせ先へ
問 佐織総合福祉センター ☎(24)9733

サンタクロースがお家にやってくる♪

時 12/23(月)午後6時以降
内 サンタクロースが訪問し、各家庭でご用意されたプレゼントをサンタクロースよりお子様に手渡しします。
対 市内在住で小学生以下のお子様がいる家庭
定 市内40件程度 ※申込多数の場合は抽選
申 11/5(火)～15(金)
午前9時30分～午後4時(土・日曜日除く)
商工会もしくは、商工会ホームページにある
申込用紙に必要事項を記入し、問い合わせ先へ
問 市商工会 本所☎(24)6122
南支所☎(22)5611