

平成29年度シルバーリハビリ体操教室参加者募集

シルバーリハビリ体操を始めてみませんか？

シルバーリハビリ体操は、NHKの番組でお馴染みの大田仁史先生が考案した介護予防のための体操です。教室では、加齢による筋力低下を予防し、いきいきといつまでも元気に暮らすためのシルバーリハビリ体操を紹介します。

○講習を受けたシルバーリハビリ体操指導士が、家庭でできるシルバーリハビリ体操をお伝えします。

○自分で来場できる方であれば、どなたでも参加できます。

※水分補給のため飲み物を持参してください。

※事前の申し込み不要、参加費無料

	大宮地区	山方地区	美和地区	緒川地区	御前山地区
会場	総合保健福祉センター(かがやき)	山方公民館	美和山村開発センター	緒川総合センター(緒川保健センター)	御前山市民センター
時間	10:00～11:00				
4月	4日・18日(火)	6日・20日(木)	12日・26日(水)	5日・19日(水)	13日・27日(木)
5月	2日(火)	18日(木)	10日・24日(水)	17日(水)	11日・25日(木)
6月	6日・20日(火)	1日・15日(木)	14日・28日(水)	7日・21日(水)	8日・22日(木)
7月	18日(火)	6日・20日(木)	12日・26日(水)	5日・19日(水)	13日・27日(木)
8月	1日・15日(火)	3日・17日(木)	9日・23日(水)	2日・16日(水)	10日・24日(木)
9月	5日・19日(火)	7日・21日(木)	13日・27日(水)	6日・20日(水)	14日・28日(木)
10月	3日・17日(火)	5日・19日(木)	11日・25日(水)	4日・18日(水)	12日・26日(木)
11月	7日・21日(火)	2日・16日(木)	8日・22日(水)	1日・15日(水)	9日(木)
12月	5日(火)	7日・21日(木)	13日・27日(水)	6日・20日(水)	14日(木)
1月	16日(火)	4日・18日(木)	10日・24日(水)	17日(水)	11日・25日(木)
2月	6日・20日(火)	1日・15日(木)	14日・28日(水)	7日・21日(水)	8日・22日(木)
3月	6日・20日(火)	1日・15日(木)	14日・28日(水)	7日(水)	8日・22日(木)

問 本庁 介護高齢課介護・高齢者福祉G ☎52-1111 内線173

子育て広場「わくわくおはなしランド(読み聞かせ)」参加者募集

図書情報館等で活躍している「はみんぐばあど」の皆さんを講師に迎え、グループ読み聞かせを行います。予約は不要ですので、お気軽にお越しください。

- 日 時 4月20日(木) 10:30～11:00
(集合/10:10)
- 場 所 総合保健福祉センター(かがやき)2階
※総合保健福祉センター(かがやき)の駐車場が満車の場合は、おみやコミュニティセンター裏の駐車場をご利用ください。
- 対象者 保育所(園)に通っていない3歳未満幼児とその親
妊婦の方・妊娠予定の方・産後の方
※今回の講座は、妊娠中の方や妊娠予定の方も参加できます。

問 子育て広場 ☎53-1401

【総合保健福祉センター(かがやき)内】

受付時間/火・水・木曜日10:00～16:00

※開設時間外は本庁福祉課子育て支援室へ転送されます。

平成29年度古文書講座受講生募集

市内に残る古文書を解説しながら、歴史的背景について勉強します。くずし字の読める中級・上級者向けの講座です。

- 開 校 式 4月23日(日)13:30～15:00
- 場 所 歴史民俗資料館大宮館 講座室
- 回 数 全20回(うち5回は自習)
(土曜日または日曜日13:30～15:00)
- 講 師 高橋 裕文先生(那珂市)
- 教 材 市内に残る歴史的史料
- 受 講 料 年間2,000円
- 募 集 人 員 25名
- 申 込 方 法 4月16日(日)までに、直接または電話でお申し込みください。

申込・問 歴史民俗資料館大宮館 ☎52-1450
(月曜日、祝日休館)

—お詫びと訂正—

平成29年3月10日発行「お知らせ版No.345」の21ページ目「緒川物産センターかざぐるま店長募集」の中、勤務時間に誤りがありました。

お詫びして訂正します。

(誤)9:00～16:00 (正)9:00～18:00