



お知らせ

平成31年1月号より「老人福祉センターだより」は「老人福祉センター・みやぎふれあいの郷だより」に、そして紙面をリニューアルしました！

前橋市社会福祉協議会が管理運営する「みやぎふれあいの郷」は老人福祉センターと同様に、市民の福祉の向上と交流、高齢者の生きがい活動と介護予防を進める施設です。これから「みやぎふれあいの郷」で行う諸行事を毎月紹介していきます。老人福祉センターとともにどうぞ、ご利用ください。

前橋市みやぎふれあいの郷

所在地 前橋市柏倉町2621番地 電話 027-283-8633
 休館日 火曜日(火曜が祝日の場合、直後の平日) 年末年始(12/27~1/5)
 開館時間 10時~18時30分
 使用料 (広間・浴室)一般 300円・小中学生 100円
 (浴室は17:30までに入場。18:00には退出)
 ※ただし、65歳以上前橋市民・小学生未満は無料
 (ご住所・年齢の確認ができるものをご提示願います)
 内容 広間や浴室、カラオケ完備
 ピンシャン! 元気体操や各種健康教室、健康相談も行っています。
 ※詳細は、みやぎふれあいの郷までお問い合わせください。



健康教室等のご案内

※お申込は各センターへ

○健康相談 保健師・看護師が相談に応じます(予約制) 定員3名

○健康教室 各センターにて、健康に関する講話を行います。

テーマ「心とからだの健康について」



場所	日程	健康相談	健康教室	定員
しきしま	8日(火)	10時~12時	13時~14時	30名
ひろせ	16日(水)	10時~12時	13時30分~14時30分	20名
おおとも	11日(金)	10時~12時	13時30分~14時30分	30名
かすかわ	23日(水)	10時~12時	13時30分~14時30分	20名
ふじみ	21日(月)	13時~15時	10時30分~11時30分	25名
ふれあいの郷	24日(木)		10時30分~11時	20名

○生きがい教室(老セン)・金曜ふれあい教室(ふれあいの郷)

みんなであつまって、楽しむ、憩いの時間です。定員20名

しきしま	18日(金)	13時~14時	カルタ大会
ひろせ	8日(火)	10時~11時	雛人形を作ろう!
おおとも	16日(水)	13時~14時	たのしくリズム体操
かすかわ	16日(水)	13時30分~14時30分	ブローチ作り
ふじみ	9日(水)	13時30分~14時30分	折り紙で手作業
ふれあいの郷	18日(金)	10時30分~11時30分	上毛カルタで楽しもう

《1月の日曜開館》 しきしま6日 ひろせ13日 おおとも20日

※巡回バスの運行はありません



老人福祉センター!
 みやぎふれあいの郷だより

1月号



誰もが安心して暮らせる福祉のまちづくり
 前橋市社会福祉協議会

一日教室・健康体操教室（ふれあいの郷）のご案内 ※お申し込みは各センターへ

開催場所	教室名	開催日時、申込日時	定員、持ち物等
しきしま 荒牧町 1154-1 ☎ 233-2121	骨盤体操教室 	1月24日(木) 14時～15時 申込:10日(木) 9時30分～	先着15名 バスタオルまたはヨガマット 飲み物、動きやすい服装
	自然災害から身を守る～雪の備えと対策～	1月28日(月) 13時30分～14時30分 申込:21日(月) 9時30分～	先着30名 雪の季節を迎え、対策や備えについてのお話です 
ひろせ 広瀬町 2-16 ☎ 261-0880	プリザーブドフラワー教室 	1月28日(月) 13時30分～15時 申込:15日(火)9時30分～	先着10名 材料費1,000円 手芸用ワイヤーはさみ（持っている方）
おおとも 大友町 1-12-10 ☎ 252-3077	心も身体もアンチエイジング	1月24日(木) 13時～14時30分 申込:10日(木)9時30分～	先着20名 飲み物、タオル、 体育館履き、動きやすい服装 
かすかわ 前皆戸 189-1 ☎ 285-3801	手を洗おう～感染症に気をつけて～ 	1月21日(月) 13時30分～14時30分 申込:7日(月)9時30分～	先着15名 インフルエンザなどの感染症に備え、免疫力を高めるお話です
ふじみ 富士見町田島 886-1 ☎ 288-6113	防犯講座～身近な防犯知識～	1月23日(水) 13時30分～14時30分 申込:8日(火)9時30分～	先着20名 身近に潜む犯罪に備えましょう 
ふれあいの郷 柏倉町 2621 ☎ 283-8633	やさしいヨガ 	1月11日(金)・25日(金) 10時30分～11時30分 申込:当日受付	どなたでも参加可（初心者歓迎） ヨガマット（持っている方） 新年を迎え心も身体も健康に！

催し物のお知らせ（申込不要）

しきしま 	【橋舞踊会舞踊ショー】 1月12日(土) 11時30分～13時 素敵な歌と踊りをお楽しみください
	【たこっ茶大道芸ショー】 1月22日(火) 12時～13時 南京玉すだれや皿回しなど見所満載
おおとも 	【G&B SKOHバンド演奏会】 1月20日(日) 12時～13時 懐メロを生演奏で一緒に歌いましょう
かすかわ 	【藤ひろし歌謡ショー】 1月24日(木) 12時～13時 素敵な歌声をお楽しみください
ふじみ 	新春の集い【パセリものまねショー】 1月29日(火) 13時～ 楽しいひと時をお過ごしください
ふれあいの郷 	【双葉まさゆき新春歌謡ショー】 1月30日(水) 11時30分～13時 まえばし艶歌、抱擁など歌います

自主クラブのお知らせ

しきしま 	自主クラブ無料体験 「押し花 さくらクラブ」 1月18日(金) 10時～12時 体験希望の方は、しきしま老センまで 電話 233-2121
ひろせ 	新規自主クラブ 「大人のぬり絵」  活動日：2月6日(水)より 第1・3水曜日、13時～15時 どなたでも参加可、色鉛筆持参 連絡先 090-4959-1026(松本)

今月の各種相談事業

心配ごと相談	ひろせ	31日(木)
	かすかわ (行政相談)	8日(火)
防犯相談	おおとも	17日(木)

その他、教室等のご案内

	しきしま	ひろせ	おおとも	かすかわ	ふじみ
訪問リスナー	16日(水)	9日(水)	24日(木)	8日(火)	
ママとベビー	8日(火)	お休み	15日(火)		18日(金)
子育てサロン		8日(火)		8日(火)	
健康スポーツ	10・24(木)	31日(木)	18日(金)	*時間等は各センターへ	