

～設備点検による臨時休館のお知らせ～

しきしま：6月6日(木)～8日(土) おおとも：6月13日(木)～15日(土)

ひろせ：6月20日(木)～22日(土)

ご迷惑をお掛け致します。ご理解、ご協力をお願い申し上げます。



健康づくり事業等のご案内 申込み・お問い合わせは各所へ

○ 6月の健康講話

「熱中症 正しい水分の摂り方について」

しきしま	4日(火)	11:00～、14:00～
ひろせ	24日(月)	10:40～11:00
おおとも	26日(水)	11:00～11:20
かすかわ	21日(金)	11:00～11:20
ふじみ	13日(木)	11:10～11:30
ふれあいの郷	17日(月)	11:30～11:50

○ 6月の体組成測定

かすかわ	21日(金)	9:30～12:00
ふじみ	13日(木)	9:30～10:30
ふれあいの郷	17日(月)	10:00～12:00



○健康運動指導士の「みんなで脳活！」

※予約制 詳細は各所へ

かすかわ	7日(金)	10:00～11:00
ふじみ	19日(水)	10:00～11:00
ふれあいの郷	5日(水)	11:00～11:45

○ 6月の脳トレ体操 (コグニサイズ)

※予約制 詳細は各所へ

しきしま	12日(水)	13:00～14:00
ひろせ	24日(月)	11:15～12:00
おおとも	26日(水)	11:20～12:00

○ 6月の「生きがい教室」

みんなであつまって、楽しむ、憩いの時間です。予約制。申込みは、各所にて。

しきしま	25日(火)	10:00～11:00	お手玉で楽しく脳トレ 申込：6/11(火) 9:30～	20名
ひろせ	18日(火)	10:00～11:00	おもしろ川柳 申込：6/1(土) 9:30～	20名
おおとも	26日(水)	13:00～14:00	折り紙で作る七夕飾り 申込:6/19(水) 9:30～	10名
かすかわ	12日(水)	13:30～14:30	大人のぬり絵～夏～ 申込：6/5(水) 9:30～	14名
ふじみ	6日(木)	10:00～11:00	ボールを使った楽しい体操 申込：5/27(月) 9:30～	18名
ふれあいの郷	21日(金)	10:30～11:30	みんなで夏の壁面飾りを作ろう 申込：6/7(金) 10:00～	15名

○ 6月の前橋市ふるさと納税プレゼント健康スポーツ教室

※予約制 【しきしま】開催日の2週間前から【ひろせ】前月の15日から【おおとも】【かすかわ】【ふじみ】申込不要

しきしま	13日、27日(木)	11:00～12:00	28名
ひろせ	4日(火)	13:00～14:00	25名
おおとも	11日、25日(火)	13:00～14:00	22名
かすかわ	6日(木)	11:00～12:00	定員なし
ふじみ	12日(水)	10:30～11:30	定員なし

○ 6月の市専門職による機能訓練・健康相談

※詳細は各所へ

痛み動作の相談	しきしま、おおとも かすかわ
脳わくわく講座	ひろせ、ふじみ ふれあいの郷
口腔栄養講話相談	ひろせ、ふじみ ふれあいの郷

○ 6月の各種相談事業

行政相談	かすかわ	11日(火)
防犯相談	しきしま	18日(火)
心配事相談	おおとも	27日(木)

○ 6月のその他 ※ママ&ベビー、子育てサロンは、事前申込制

	しきしま	ひろせ	おおとも	かすかわ	ふじみ
訪問リスナー	19日(水)	5日(水)	27日(木)	4日(火)	
ママ&ベビー※					21日(金)
子育てサロン※		11日(火)		11日(火)	24日(月)

老人福祉センター！
みやぎふれあいの郷だより

6月号



前橋市社会福祉協議会

誰もが安心して暮らせる福祉のまちづくり



6月の一斉教室・健康体操教室（ふれあいの郷）等のご案内

※各所へのご予約が必要です

開催場所	教室名	開催日時、申込日時	対象、持ち物等
しきしま 荒牧町 1154-1 ☎233-2121 	編みかご教室 紙バンドで大きな 編みかごを作ろう!!	6月5日,12日,19日,26日(水) 10:00~12:00 申込:5/22(水)9:30~	対象:全4回出席出来る方優先 費用:500円 先着8名 持物:洗濯バサミ5個 メジャー、ハサミ、眼鏡
	理学療法士による 肩こり腰痛改善教室	6月18日(火) 10:00~11:00 申込:6/4(火) 9:30~	対象:どなたでも 先着24名 持物:手ぬぐいの長さのタオル等
	ご好評の為追加開催 手芸教室 お薬手帳(通帳) 入れ作り	6月28日(金)10:00~12:00 申込:6/14(金)9:30~	対象:初参加の方優先 先着10名 持物:縫い針1本、待ち針3本 糸(白)1つ、ハサミ、眼鏡 費用:350円
ひろせ 広瀬町 2-16 ☎261-0880 	~毎日をアクティブに~ 大介お兄さんの フレッシュ体操	6月15日(土) 10:00~11:00 申込:6/1(土) 9:30~	対象:どなたでも 先着30名 持物:体育館履き、タオル、 飲物、ヨガマット
	~世代間交流行事~ キャンディ トピアリー	6月29日(土) 10:00~11:30 申込:6/15(土) 9:30~	対象:3歳以上のお子様と祖父母 (父母可)先着4組 どなたでも 先着8名 費用:1ヶ500円
おおとも 大友町 1-12-10 ☎252-3077 	【全4回】 やさしいシニアヨガ	6月4日、18日(火) 10:30~11:30 申込:各開催日1週間前 9:30~	対象:どなたでも 先着35名 持物:ヨガマット、 フェイスタオル、飲物
	【手芸教室】 おしゃれな 芳香剤づくり	6月12日(水)10:00~11:30 申込:6/4(火)9:30~	対象:どなたでも 先着12名 費用:800円 和室にて開催いたします
	ピラティスで セルフコントロール	6月12日(水) 11:00~12:00 申込:6/5(水) 9:30~	対象:どなたでも 先着15名 持物:タオル、ヨガマット、飲物
かすかわ 粕川町前皆戸 189-1 ☎285-3801	お花の ウェルカムボード 作り	6月19日(水) 13:30~14:30 申込:6/7(金) 9:30~	対象:どなたでも 先着15名 費用:800円
ふじみ 富士見町田島 866-1 ☎288-6113 	石けんでつくる ブーケ	6月20日(木) 10:30~11:30 申込:6/10(月) 9:30~	対象:どなたでも 先着15名 持物:ハサミ、目打ち(千枚通し) 費用:1,000円
	大介お兄さんと 若返り体操	6月26日(水) 10:30~11:30 申込:6/10(月) 9:30~	対象:どなたでも 先着20名 持物:タオル、飲み物
ふれあいの郷 柏倉町 2621 ☎283-8633	ヨガで軽めの 下半身強化	6月14日、28日(金) 10:30~11:30 申込:5/31(金)10:00~	対象:どなたでも 先着25名 持物:体育館履き、タオル、飲物 ヨガマット(お持ちの方)

6月の自主クラブ体験会のお知らせ ※開催日に直接お越しください

開催場所	クラブ名	開催日時	紹介文
ひろせ	クラフトバンド 「ひろせクラフトクラブ」	6月13日(木) 13:00~15:00	持物:ボンド、鉛筆、ハサミ、物差し 材料費:300円 「10cm四方のカゴ」を作ります♪ 小物作りを楽しみましょう♪
ふじみ	太極拳 「ふじみ太極拳クラブ」	6月14日28日(金) 10:00~12:00	一緒に太極拳を始めてみませんか? 初めての方もお気軽にどうぞ!!