



介護予防用パチンコ導入！

令和6年1月より、介護予防用パチンコを、しきしま老人福祉センター・ひろせ老人福祉センター・おおとも老人福祉センターの3施設に導入しました。介護予防用パチンコは、一般的なパチンコとは異なり、身体を動かしながら楽しめます。聴覚・視覚・運動動作という異なる動きを同時に行うことで【脳トレ】の効果も期待できます。運動不足解消のため、各老人福祉センターへ、ぜひご来館ください。

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

○2月の健康講話「認知症について」 ○2月の体組成測定

しきしま	6日(火)	11:00~、14:00~	かすかわ	15日(木)	13:00~14:30
ひろせ	28日(水)	10:40~11:00	ふじみ	8日(木)	9:30~、11:00~
おおとも	14日(水)	13:00~13:20	ふれあいの郷	27日(火)	10:00~12:00

かすかわ	15日(木)	13:30~13:50
ふじみ	8日(木)	10:40~11:00
ふれあいの郷	27日(火)	11:30~11:50

○2月の市専門職による機能訓練・健康相談

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



○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	2日(金)	10:00~11:00
ふじみ	21日(水)	10:00~11:00
ふれあいの郷	8日(木)	11:00~11:45

○2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	13日(火)	13:00~14:00
ひろせ	28日(水)	11:15~12:00
おおとも	14日(水)	13:20~14:00

○2月の生きがい教室(老セン)、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。予約制。申込みは、各所にて。

しきしま	19日(月)	10:00~11:30 13:30~15:00	椿の花の壁かざり作り 申込:2/5(月)9:30~	各回18名
ひろせ	14日(水)	10:00~11:00	牛乳パックで小物づくり 申込:2/1(木)9:30~	20名
おおとも	19日(月)	13:00~14:00	転倒予防のための棒体操 申込:2/13(火)9:30~	20名
かすかわ	22日(木)	13:30~14:30	ひな祭りペーパーボール飾り 申込:2/15(木)9:30~	14名
ふじみ	5日(月)	10:00~11:00	ペーパーフラワー作り 申込:1/23(火)9:30~	18名
ふれあいの郷	16日(金)	10:30~11:30	フェルトで小物づくり 申込:2/2(金)10:00~	15名

○2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	8日、22日(木)	11:00~12:00	28名	申込:開催日2週間前~
ひろせ	6日(火) 29日(木)カラボ	13:00~14:00 11:00~12:00	各25名	申込:前月15日~
おおとも	13日、27日(火)	13:00~14:00	どなたでも	申込:不要
かすかわ	1日(木)	11:00~12:00	25名	申込:不要
ふじみ	14日(水)	11:00~12:00	どなたでも	申込:不要



○2月の各種相談事業

行政相談	かすかわ	13日(火)
防犯相談	ふじみ	19日(月)
心配事相談	ひろせ	29日(木)

○2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	21日(水)	7日(水)	22日(木)	6日(火)	
ママ&ベビー※	20日(火)				16日(金)
子育てサロン※		13日(火)		13日(火)	26日(月)

老人福祉センター！
みやぎふれあいの郷だより

2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

2月の一日教室・健康体操教室（ふれあいの郷）等のご案内

※各所への【申込】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 	【追加開催】 手芸教室 「ハンドウォーマー」 を作ろう!!	1月29日、2月5日(月) 10:00~12:00 申込：1/15(月)9:30~	対象：初参加の方のみ 先着 10名 持物：かぎ針（5号）、とじ針、 はさみ、めがね 費用：400円
	理学療法士による 肩こり腰痛改善教室	2月20日(火)10:00~11:00 申込：2/6(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、飲物 ヨガマット又はバスタオル
ひろせ 広瀬町 2-16 ☎261-0880 	~毎日をアクティブ~ 大介お兄さんの フレッシュ体操	2月17日(土)10:00~11:00 申込：2/3(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
	まちかど 健康相談会	2月20日(火)10:00~12:00 申込：不要	対象：どなたでも 紹介：健康チェックを行い医師や 専門職からアドバイスを 受けてみませんか？
	世代間交流行事 「デコパージュで 素敵なトレイ」	2月24日(土)10:00~11:30 申込：2/13(月)9:30~	対象：3歳以上のお子様と祖父母 または父母の方先着 4組、 その他、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	【手芸教室】 ひな飾りづくり	2月14日(水)10:00~11:30 申込：2/7(水)9:30~	対象：どなたでも 先着 13名 持物：はさみ 費用：1,000円
	ピラティスで セルフコントロール	2月16日(金)11:00~12:00 申込：2/9(金)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	みんなが飲んでいる お薬の話~第6回~	2月8日(木)11:00~12:00 申込：2/1(木)9:30~	今回のテーマは 「市販薬の上手な使い方」です。
	県なんでも講座 「生涯にわたる 食育について」	2月14日(水)11:00~12:00 申込：2/7(水)9:30~	ライフステージに応じた 食育についての講話をします。
ふじみ 富士見町田島 866-1 ☎288-6113	桃の節句飾り づくり	2月15日(木)10:00~11:30 申込：2/9(金)9:30~	対象：どなたでも 先着 15名 持物：はさみ 費用：700円
	やさしいヨガ体操	2月27日(火)10:30~11:30 申込：2/9(金)9:30~	対象：どなたでも 先着 16名 持物：ヨガマットまたはバスタオル、 飲物、タオル
ふれあいの郷 柏倉町 2621 ☎283-8633	ミニ卓球大会	2月24日(土)10:30~11:30 申込：2/10(土)10:00~	対象：どなたでも 先着 16名 持物：体育館履き、タオル、飲物

2月の自主クラブ体験会お知らせ ※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	民謡踊り 「ひろせ緑会」	2/7、21(水) 10:00~11:30	対象：どなたでも 持物：動きやすい服装、飲物、タオル

