



第29回関東大学女子駅伝 対校選手権大会開催に伴う 交通規制



北総線千葉ニュータウン中央駅周辺で交通規制が行われます。ランナーなどが沿線を通行する際には、大変ご迷惑をお掛けしますが、ご理解・ご協力をお願いします。

- 交通規制の日時
9月30日(土)
8:40～11:30(予定)

問 関東学生陸上競技連盟
☎03(5411)1488



はつらつ健康教室

マシンを使用した筋力トレーニングと介護予防に関する講義をセットにした1コース4回の教室です。介護予防や健康づくりに興味のある人、ぜひご参加ください。

- 日時
①10月5日、12日、19日、26日
②11月2日、9日、16日、30日
①②ともに14:00～16:00
- 場所 リハビリケア・タウン日吉台
- 内容 講義と実技
- 定員 各コース10人まで
- 持ち物 飲み物、タオル、動きやすい服装
- 費用 1コース200円

問・申込先
高齢者福祉課 ☎(93)4981



福祉カーを 貸し出しています

車いすを必要とする高齢者や心身障がい者の通院等援助や外出支援のために、スロープ付きの自動車を貸し出しています。

- 費用 無料。ただし燃料費は実費負担となります。

問 高齢者福祉課 ☎(93)4981

いきいき 広場



北部高齢者支援センター (北部地域包括支援センター)

日吉台 4-6-14
申込 ☎(36)7725

絵手紙教室

- 日時 9月6日(水)、20日(水)
10:00～12:00

- 費用 1回500円

北部健康教室

- 日時 9月8日(金) 10:00～
- 場所 北部コミュニティセンター
2階和室
- 内容 マッサージの良さを生かした健康体操

ふれあいクラブ

- 日時 9月12日(火)
14:00～15:30

- 内容 フラダンス鑑賞会

西部高齢者支援センター (中部西地域包括支援センター)

福祉センター内
申込 ☎(92)2776

さとしくん健康ちょきん体操(要予約)

- 日時 毎週月曜日(18日は休み)
1部 9:30～10:20
2部 10:30～11:20

- 場所 福祉センター2階大会議室

- 対象 市内の高齢者、またはその家族

- 定員 各回25人

ささえ愛サロン

- 日時 毎週火曜日
9:00～11:30

- 費用 200円

- 内容 健康講座、介護予防体操など

東部高齢者支援センター (中部東地域包括支援センター)

龍岡ケアセンター内
申込 ☎(85)5572

オンライン Zoom の
ミーティングID [557 255 7255]

救急医療情報キット作成会

- 日時 9月15日(金)
13:30～15:00
最終受付 14:50
(所要時間 10分)

- 場所 七栄集会所

- 内容 救命活動を行うための医療情報キットの説明・作成

ケアカフェ菜の花 (Zoom参加可)

- 日時 9月19日(火)
13:30～15:00

- 場所 中部ふれあいセンター
1階小ホール

- 内容 介護・認知症の相談・交流・分かち合い

- 対象 介護者・認知症の人やその家族、または応援したい人

参加方法が選べるオンライン講座 認知症を学ぼう (Zoom参加可)

- 日時 9月26日(火)
10:00～11:00

- 場所 末廣農場

オンラインとみさと健康ちょきん体操 (Zoom参加可)

- 日時 毎週金曜日 10:00～

- パスワード chokin

- その他 末廣農場で参加するとポイントがたまります!

包括農活

- 日時 毎週月曜日
9:30～12:00

- 場所 図書館脇の空き地

- 内容 野菜の栽培、畑の整備

南部高齢者支援センター (南部地域包括支援センター)

特別養護老人ホーム九十九荘向い
申込 ☎(90)6331

ボッチャ体験会 (要予約)

- 日時 9月16日(土) 9:00～12:00