

※平成29年4月号から老センだよりの書式がA4両面刷りに変わりました。

7月	訪問リ スナー	防犯 相談	子育て サロン	ママと ベビー	心配ご と相談	日曜 開館	健康スポ ーツ
しきしま 荒牧町 1154-1 ☎ 233-2121	20(木)	14(金)		11(火)		2日	13(木) 27(木)
ひろせ 広瀬町 2-16 ☎ 261-0880	7(金)	27(木)	11(火) 25(火)	26(水)		9日	24(月)
おおとも 大友町 1-12-10 ☎ 252-3077	27(木)	20(木)		18(火)		16日	5(水) 21(金)
かすかわ 前皆戸 189-1 ☎ 285-3801	4(火)	13(木)	11(火)	19(水)			※時間等は 各センター にお問合せ ください。 
ふじみ 富士見田島 866-1 ☎ 288-6113		10(月)	24(月)	21(金)			

○日曜開館の巡回バス運行はございません。

健康教室のご案内 *お申し込みは各センターへ

毎月、各老人センターにおいて看護師が健康教室を開催します。

「体力測定」～快適な生活、楽しい毎日～

簡単に出来る体力測定です。気軽にどうぞ(*^o^*)



15日(土)	しきしま	10時30分～正午	定員30名
18日(火)	かすかわ	午後1時30分～3時	定員20名
20日(木)	おおとも	午後1時～2時30分	定員30名
27日(木)	ひろせ	午後1時30分～3時	定員30名
28日(金)	ふじみ	午後1時30分～2時30分	定員25名

持ち物
体育館履き
飲み物・タオル

申込
7月7日(金)
9時30分から



老人福祉センターだより

ae 7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


「脳力アップチャレンジ教室を開催」ひろせ老人センター
ウォーキングや体操などの運動習慣を身につけ、認知症予防に取り組む教室です。

日時：8月2日(水)～10月18日(水) 月2回、第1、3水曜日、全6回
午後1時30分～3時30分

対象：市内在住で医師から運動制限をされていない65歳以上の方 先着25名
申込：027-898-6133(介護高齢課) 申込多数の場合は、抽選となります。

「夏に負けない食事で夏バテ予防！」しきしま老人センター

日時：7月26日(水) 午後1時30分～3時 対象：どなたでも
持ち物：筆記用具 申込：7月12日(水) 9時30分から



一日教室のご案内 ＊お申し込みは各センターへ

しきしま 苔玉づくり

苔玉を作って育ててみませんか？

日時：7月20日（木）

午後1時30分～3時

対象：どなたでも 先着20名

材料費：1,000円

申込：7月6日（木）9時30分から



ひろせ 大人の塗り絵教室

大人の塗り絵を楽しんでみませんか？

日時：7月26日（水）

午後1時～3時

対象：どなたでも 先着20名

持ち物：12色の色えんぴつ

申込：7月10日（月）9時30分から



おおとも リラゼーションストレッチ

リラックスしながら、ゆっくりと体をほぐします。肩こりの解消にも！

日時：7月28日（金）

午後1時30分～2時30分

持ち物：体育館履き・水分補給

申込：7月10日（月）9時30分から



かすかわ クラフトバック作り

大好評につき今年も開催します。大きいサイズのカゴバック作りに挑戦してみませんか。

日時：7月24日、31日 8月7日、

21日いずれも月曜日

午後1時～3時30分

対象：どなたでも 先着12名

持ち物：洗濯ばさみ、はさみ、木工用ボンド

材料費：1,600円

申込：7月6日（木）9時30分から



ふじみ 和紙ちぎり絵教室

季節のちぎり絵(色紙サイズ)を作成します。

日時：7月28日（金）

午後1時30分～3時30分

対象：どなたでも 先着15名

材料費：700円

申込：7月7日（金）9時30分から



自主クラブ無料体験 おおとも

水墨画

日時：8月9日、23日

9月13日、27日

いずれも水曜日 10時～正午

対象：先着10名

連絡先：251-9789 諸田



その他催し物、お知らせ

ひろせ

前橋青雲太鼓

日時：7月9日（日）

11時30分～正午

対象：どなたでも

迫力のある太鼓の音色をお楽しみください。



しきしま

伊東みゆき歌謡ショー

日時：7月14日（金）

正午～午後1時

対象：どなたでも

前橋市出身の演歌歌手です。しっとりとした歌声をお聞きください。



しきしま

群銀プラスバンド部演奏会

日時：7月22日（土）

正午～午後1時

対象：どなたでも

恒例、人気の演奏会

いろいろな曲をお楽しみください。

