

講座

楽しく気軽に体力アップ

「元氣アップ運動教室」を開催。ピンシャン！元気体操やウォーキングなど、家庭でもできる運動のポイントを学びます。日時 9月22日～12月15日の月曜8回、午前10時～11時30分 会場 総合福祉会館 対象 医師から運動制限をされていない65歳以上、先着25人 9月19日(金)までに介護高齢課 027-898-6133へ

バラの育て方を学ぼう

バラの育て方と手入れ方法を学ぶ講習を行います。日時 9月7日(日)午前10時～正午 会場 敷島公園ばら園 対象 一般、20人(抽選) 費用 500円



8月28日(木)(必着)までに往復ハガキで。教室名・住所・氏名・電話番号を記入し、市役所公園緑地課内まちを緑にする会(027-898-6842)へ

日本の伝統文化を体験して

日本の伝統文化などを気軽に体験できる「ふれあい体験教室」を開催します。

篆刻

日時 10月3日～17日の金曜3回、午後7時～9時 会場 前橋プラザ元氣21 対象 市内在住・在勤の高校生以上、先着15人 講師 群馬篆刻協会・西川翠嵐さん 費用 1,500円

9月25日(木)までにハガキで。住所・氏名(ふりがな)・年齢・電話番号を記入し、市役所文化国際課内市文化協会「ふれあい体験教室篆刻係」(027-898-5856)へ

仕事に必要な技能知識を習得

スキルアップセミナー「2D-CAD入門②」を開催します。日時 10月1日(水)・2日(木)・8日(水)・9日(木)の4回、午後5時45分～9時 会場 前橋産業技術専門学校(石

関町) 対象 一般、先着10人 費用 9,600円 9月10日(水)までに同校 027-230-2211へ

税

8月の納税

市県民税第2期、国民健康保険第2期 9月1日(月)まで

ミニ情報

都市計画審議会の傍聴

日時 8月28日(木)午後1時30分～2時30分 会場 市役所11階南会議室 対象 一般、先着10人 9月10日(水)までに同校 027-230-2211へ

9月10日(水)までに健康増進課 027-220-5783へ

JR前橋駅で耐震補強工事

JR前橋駅は駅舎の耐震補強工事のため、当面、駅構内の通路や店舗の一部を閉鎖します。 JR東日本高崎支社 027-320-7111

おもちゃの病院

壊れたおもちゃを無料で修理。日時 ①8月23日(土)②8月24日(日)③9月7日(日)、午前10時～正午 会場 ①は柏川児童館②は第二

9月12日(金)までに健康増進課 027-220-5783へ

悩みはみんなで共有を

ひきこもりの若者の家族のつらいこと 日時 9月11日(木)午後1時30分～3時30分 会場 前橋保健センター 対象 市内在住で18歳～40歳のひきこもりの若者を持つ家族、先着20人 9月10日(水)までに健康増進課 027-220-5785へ

自分に合った禁煙方法探そう

日時 9月17日(水)・18日(木)・19日(金)、午前8時30分～午後5時15分 会場 前橋保健センター 内容 呼吸一酸化炭素濃度測定・尿中ニコチン代謝物濃度測定、保健師との面接 9月10日(水)までに健康増進課 027-220-5784へ

健康アップ体験会

日時 9月12日(金)午前10時～午後3時 会場 けやきウォーク前橋内け

日ごろの健康をサポート

健康アップ体験会 日時 9月12日(金)午前10時～午後3時 会場 けやきウォーク前橋内け

健康アップ体験会

日時 9月12日(金)午前10時～午後3時 会場 けやきウォーク前橋内け

市政情報をラジオで放送

Mowave.84.5MHz まえばしCITYエフエム まえばし情報ステーション まえばしスクール通信 歴史再発見「前橋ルネッサンス」

椅子に座って初めてのフラダンス 日時 9月2日(火)・16日(火)・30日(火)・10月14日(火)、午後1時30分～2時30分 対象 市内在住・在勤の人、先着各20人 8月26日(火)までにボランティアセンター 027-232-3848へ

臨床心理士に聞く心の健康 やきコート(文京町二丁目) 内容 血管年齢測定や体操コーナー、ころんと写真撮影など 健康増進課 027-220-5708

難病の療養ポイントを知る 全身性エリテマトーデスの療養相談会を開催。前橋広瀬川クリニック分院院長・矢野新太郎さんが、全身性エリテマトーデスの正しい理解と療養上のポイントについて講演します。 日時 9月25日(木)午後2時～4時 会場 第二コミュニティセンター(前橋保健センター内) 対象 市内在住の人、先着50人 講師 武蔵野心理教育研究所 長・塚田展子さん 9月5日(金)までに健康増進課 027-220-5785へ

毒物劇物取扱者試験 日時 10月12日(日)午後2時～4時 会場 県民健康科学大(上沖町) 願書の配布 市保健所内保健総務課で 費用 1万700円 9月1日(月)～5日(金)に願書に記入し、同課へ直接 圏県業務課 027-226-2665

市民献血 日時 9月5日(金)午後2時30分～4時 会場 大胡支所 圏県赤十字血液センター 027-224-2102

休日当番動物病院案内 027-232-6188

更年期を前向きに乗り切ろう 40歳からの健康レディ講座 日時 9月24日・10月1日の水曜2回、午前9時30分～正午

骨と筋肉のロコモを予防 はつぴい健康フッキング 日時 9月19日(金)午前9時30分～午後1時30分 会場 宮城保健センター 対象 一般、先着30人 内容 管理栄養士の講話、食生活改善推進員による調理実習 費用 材料費 託児 希望者は問い合わせてください

からだに優しい食講座 日時 9月12日(金)午前9時30分～午後1時30分 会場 前橋保健センター 対象 一般、先着30人 内容 管理栄養士の講話、調理実習など 費用 材料費 託児 希望者は問い合わせてください 9月5日(金)までに健康増進課 027-220-5783へ

初めてでもできる簡単料理 9月17日(水)までに健康増進課 027-220-5708へ

からだに優しい食講座 日時 9月12日(金)午前9時30分～午後1時30分 会場 前橋保健センター 対象 一般、先着30人 内容 管理栄養士の講話、調理実習など 費用 材料費 託児 希望者は問い合わせてください

はつぴい健康フッキング 日時 9月19日(金)午前9時30分～午後1時30分 会場 宮城保健センター 対象 一般、先着30人 内容 管理栄養士の講話、食生活改善推進員による調理実習 費用 材料費 託児 希望者は問い合わせてください

骨と筋肉のロコモを予防 日時 9月19日(金)午前9時30分～午後1時30分 会場 宮城保健センター 対象 一般、先着30人 内容 管理栄養士の講話、食生活改善推進員による調理実習 費用 材料費 託児 希望者は問い合わせてください

健康アップ体験会 日時 9月12日(金)午前10時～午後3時 会場 けやきウォーク前橋内け

