

まえばしおれんじカフェ
～認知症を語ろう



岡長寿包括ケア課
☎027-898-6133

認知症の人やその家族、地域住民、専門職など、誰でも気軽に参加できる通いの場です。個別相談や家族同士の歓談、簡単なものづくりをします。認知症の人同士が語り合う、本人ミーティング「まえばし話楽笑る会」も同時開催します。

時10月15日(水)10時30分～11時30分

場K'BIXまえばし福祉会館

市内在住で認知症の人とその家族や認知症支援に関心のある人、先着20人

申10月14日(火)までに長寿包括ケア課へ

ふらっと立ち寄れる
ibasho



岡三和会
☎080-2721-3240

認知症伴走型支援相談所ibashoで認知症カフェや相談所を開設。日常生活の不安や今したいことを気軽に話せます。個別相談室での相談や電話相談もできます。相談は認知症グループホームや特別養護老人ホームなどで認知症の人に関わる専門職員が応じます。

時〈認知症カフェ〉①10月10日(金)②11月14日(金)、13時30分～14時30分
〈相談所(電話相談を含む)〉毎週月水金曜、10時～15時

場パークサイドカフェ(朝日町三丁目)

市内在住で認知症の人とその家族や認知症支援に関心のある人など

申①は10月8日(水)②は11月12日(水)までに三和会(月水金曜10時～15時)へ

ボランティアビギナーズスク
ール～はじめての人もう一
度学びたい人も



岡長寿包括ケア課
☎027-898-6133

介護予防活動の心構えや楽しみ方を学ぶほか、車いす体験などの実技演習をします。本市のボランティア活動や福祉活動、介護予防活動ポイント制度の説明やポイント登録手続きも実施。ポイントの登録は40歳以上の市民が対象です。

時10月18日(土)10時～11時30分

場K'BIXまえばし福祉会館

市内在住・在勤の人、先着10人

申ボランティアセンター

☎027-232-3848へ

歩行測定会

岡長寿包括ケア課
☎027-898-6133

歩行姿勢や握力などを測定し、健康状態や生活習慣を確認します。個別相談も可能。予約優先です。

時①10月28日(火)②11月6日(水)③11月10日(月)、9時30分～12時

場①は桂萱市民サービスセンター②は富士見公民館③は東市民サービスセンター

おおむね65歳以上の人、先着各60人
申各開催日の1週間前までに長寿包括ケア課へ



老人福祉センター

65歳未満は要入場料(ふじみは60歳未満)

にこっとしきしま

☎027-233-2121

●自主クラブ発表会

内容・場〈作品展示〉10月14日(火)～18日(土)、9時30分～15時(最終日は13時まで)

〈舞台発表〉10月17日(金)・18日(土)、10時～14時50分

にこっとひろせ

☎027-261-0880

●ヤクルト健康教室「血圧と減塩」

時10月20日(月)10時40分～11時40分

にこっとおおとも

☎027-252-3077

●ヤクルト健康教室「血圧と減塩」

時10月30日(水)11時～12時

地域の交流施設として誰でも利用できます

にこっとかすかわ

☎027-285-3801

●消費生活センター出前講座「悪質商法に気をつけよう」

時10月15日(水)11時～12時

にこっとふじみ

☎027-288-6113

●市薬剤師会「くすりの正しい使い方について」

時10月21日(火)11時～12時

みやぎふれあいの郷

☎027-283-8633

●簡単コンディショニング体操

時10月14日(火)・28日(火)、13時30分～14時30分

市内一般、先着25人

申同館へ

シニア脳活健康サロン

岡長寿包括ケア課
☎027-898-6133

脳健康チェックや体組成などの計測、脳トレ、ロコモ予防体操をする脳活体験会を開催。計測結果を生かした認知症予防のための取り組みを保健師などの専門職やカノップスタッフが応援します。

時10月9日(木)・23日(木)・11月13日(木)、10時～12時

場カノップ前橋本店(カラオケまねきねこ前橋本店内・大友町一丁目)

おおむね60歳以上の人、先着各25人
申各開催日の3日前までにカノップ(☎027-212-5738)へ直接

シニア元気
アップ教室



岡長寿包括ケア課
☎027-898-6133

歩行姿勢年齢や握力、口の機能の測定で健康状態をチェックし、個別アドバイスと健康長寿のためのフレイル予防の講話をします。結果に応じ、運動や栄養・口腔、認知症予防の講座を案内します。

時11月4日(火)13時30分～15時30分

場K'BIXまえばし福祉会館

市内在住の65歳以上の人、先着20人

申10月7日(火)～22日(水)に長寿包括ケア課へ



口の機能の測定

児童文化センター

☎027-224-2548

●10月のプラネタリウム

内容	平日	土日曜・祝日
星座のお話「鮎の親子物語～秋の星座たち」	火木曜 15時30分	10時30分・ 13時30分
天文学シリーズ「星はすばるが美しい」	水金曜 15時30分	11時30分・ 15時30分

●図画作品展

時10月10日(金)～26日(日)

対象校=時沢・白川・石井・原・細井小、富士見・鎌倉・群大附属中

●こども天文教室「親子で秋の星座と月の観察をしよう」

天体望遠鏡で月や惑星、秋の星座などの観望をして、天文について学びます。天候不良の時はプラネタリウムで実施します。

時10月31日(金)18時～20時

市内在住・在学の小学生とその家族、25人程度

申二次元コードの申し込みフォームで

●わくわく教室「手話を体験しよう」

時11月9日(日)13時30分～15時

市内在住・在学の小3～中3、20人(抽選)

申10月20日(月)までに二次元コードの申し込みフォームで

●わくわく教室「親子で協力してラックをつくろう」

時11月29日(土)13時～15時30分

市内在住・在学の小学生と保護者(2人1組)、8組(抽選)

申11月10日(月)までに二次元コードの申し込みフォームで

●親子ネイチャークラフト

自然の素材を集めてオリジナル作品を作ります。

時12月7日(日)10時～15時

場国立赤城青少年交流の家(富士見町赤城山)

市内在住の5歳以上の親子、先着10組

¥大人1,500円、こども750円

申11月7日(金)9時～25日(火)15時にメールで。件名にぐんま山森自然楽校

親子で体験係「親子ネイチャークラフト」希望、本文に郵便番号・住所・電話番号・参加者全員の氏名(ふりがな)・性別・年齢を記入し、ぐんま山森自然楽校ken-fbwm@spice.ocn.ne.jpへ。メール送信後電話で確認をしてください。

岡同校・剣持さん

☎090-9670-3380

こどもにも救える命がある
「ジュニア救命
トライアル」



岡こども支援課
☎027-220-5704

人の命に関わる有事の際に対応できる知識と技術を身に付けるため、ジュニア救命トライアルを開催します。

時11月8日(土)9時～12時30分

場消防局

市内小5～中学生、先着30人

申10月5日(日)10時から二次元コードの申し込みフォームで

お米農家と作る
しめ縄教室



岡農政課
☎027-898-5841

北爪直売所・北爪麻衣子さんを講師に、稲作や餅作りの講話を聞き、しめ縄と一緒に作ります。

時11月22日(土)10時～13時

場元総社市民サービスセンター

市内在住の小中学生と保護者(2人1組)、10組(抽選)

¥1組1,500円

申10月20日(月)までに二次元コードのホームページで