

講座・教室

母子家庭の母や寡婦を応援

ワードやエクセルの基礎を学ぶパソコン講習会を開催します。

日時 10月7日～11月25日の日曜8回、午前10時～午後4時
会場 中央カレッジグループ本部ビル(古市町一丁目)
対象 市内在住の母子家庭の母か寡婦、20人(抽選)
費用 4,200円

9月14日(金)までに往復ハガキで。住所・氏名・年齢・電話番号・母子家庭の母か寡婦の別・応募動機を記入し、〒371-0843 新前橋町13-12 県母子寡婦福祉協議会(☎255-6636)へ

スポーツ

市民体育館

☎265-0900

初心者太極拳
日時 9月4日～11月20日の火曜10回、午後2時～3時30分
9月6日～11月8日の木曜10回、午前10時～11時30分
対象 中学生以下を除く初心者

スポーツ大会情報

- 秋季ソフトボール(8月26日(日)から、前橋工科大)
●実業団・クラブバレーボール(9月9日(日)、市民体育館)
●ソフトバレーボール(9月16日(日)、宮城体育館)
●家庭婦人バレーボール(10月28日(日)、市民体育館)
詳しくは市民体育館(☎265-0900)にお問い合わせるか、本市ホームページをご覧ください。

40人(抽選)
費用 各2,000円と施設使用料

キッドピクス

日時 9月6日～11月8日の木曜10回、午後4時～5時
対象 年長～小2、40人(抽選)
費用 1,000円と施設使用料

気功

日時 9月7日～11月9日の金曜10回、午後2時～3時30分
対象 中学生以下を除く、30人(抽選)
費用 2,000円と施設使用料

フラダンス

日時 9月12日～11月14日の水曜10回、午後3時30分～5時
対象 中学生以下を除く、30人(抽選)
費用 2,000円と施設使用料

エアロピクス

日時 9月6日～11月8日の木曜10回、午後7時～8時
9月7日～11月30日の金曜10回、午前10時30分～11時30分
対象 中学生以下を除く、各7・市民体育館へ

みやぎふれあいの郷

☎283-8633

健康体操教室
日時 8月9日～11月29日の木曜12回、午前10時30分～11時30分(第3木曜、11月は第4木曜を除く)
対象 一般、先着20人
当日会場へ直接

老人福祉センター

☎233-2121

65歳未満の人は入場料が必要です
ケイタイ安全教室
日時 8月24日(金)午後1時～2時30分
対象 一般、先着20人
用意する物 携帯電話(なくても参加可)
8月13日(月)から同センターへ直接

サマーフェスティバル

日時 8月25日(土)午前11時30分～午後2時
対象 なたでも
内容 フラメンコと双葉まきゆき歌謡ショー
一日教室「痛みナイナイ体操」
日時 8月31日(金)午後1時～2時30分
対象 一般、先着20人

用意する物 体育館履き、タオル、飲物
8月22日(水)から同センターへ直接

主催教室「茶道」

日時 9月8日～12月8日の土曜6回、午前10時～正午
対象 一般、先着20人
用意する物 袱さき、懐紙、扇子、幅広ベルト
8月27日(月)から同センターへ直接

ひろせ老人福祉センター

☎261-0880

65歳未満の人は入場料が必要です
一日教室「リラックスヨガ」
日時 8月27日(月)午後1時30分～3時
対象 一般、先着30人
用意する物 バスタオルかヨガマット
8月7日(火)から同センターへ直接

かすかわ老人福祉センター

☎285-3801

65歳未満の人は入場料が必要です
夏祭り
日時 8月21日(火)午前10時～午後2時
内容 フラダンス、児童クラブの生徒の歌、民謡、踊り
対象 なたでも
第2回健康教室

群馬ダイヤモンドペガサス



前橋市民サンクスデーを開催します。試合の対戦相手は石川ミリオンスターズ。市内在住の小中学生や65歳以上、福祉施設入所者は入場料無料で、本市民は半額となります。
日時=8月19日(日)午後6時試合開始
会場=前橋市民球場
小中学生対象イベント
内容=選手とのふれあいキャッチボール
当日午後5時までに会場へ直接
同球団事務所 ☎289-3033へ

日舞体操N.O.S

日時 9月6日～11月8日の木曜10回、午後2時～3時
対象 中学生以下を除く、先



ゆったり踊って筋力アップ

小学生サッカー

日時 8月30日～9月25日の火曜6回、午後5時～6時
会場 富士見総合グラウンド
対象 小1～小3、先着20人
費用 1,150円
8月29日(水)までに市民体育館 ☎265-0900へ

正午

対象 一般、先着15組
費用 1人あたり1,000円

ベビーマッサージ

日時 8月17日(金)午前10時30分～11時30分
対象 首がすわった乳児とその家族、先着10組
費用 500円
用意する物 バスタオル
以上の2つは8月6日(月)から同センターへ直接

高齢者

生活に運動を取り入れよう

元気アップ運動教室を開催。ピンシャーン!元気体操やウォーキングの方法を学びます。
日時 9月4日～11月6日の火曜10回、午前10時～11時30分
会場 総合福祉会館



声を出して元気よく

訪問介護について学ぶ

高齢者を対象に訪問介護員養成研修(2級)を開催します。
期日 9月18日(火)～12月21日(金)の21回
会場 ほかか会介護研修センター(総社町総社)
対象 55歳以上の求職者、40人(選考)
8月27日(月)～31日(金)に長寿社会づくり財団 ☎255-6400へ

楽しく学ぶシニア食講座

家庭での簡単な介護食を学ぶ楽食講座を開催します。食事作りは認知症予防に役立ちます。
日時 9月13日(木)・27日(木)の2回、午前9時30分～午後1時30分
会場 大胡地区農村環境改善センター
対象 60歳以上の人、先着25人
8月13日(月)までに介護高齢課 ☎898-6133へ