



募集

「目指せ！健康長寿！」
脳若トレーニング生徒募集

☎ 健康福祉課 高齢者・女性係 ☎65・0001

【日時】 5月～7月の間の木曜日（全12回）

14時15分～15時45分

【場所】 総合福祉センター「ひまわりの里」

【対象】 65歳以上の人（定員12人。新規の方優先。リピーターの方も先着で受け付けます。）

【その他】 参加料無料。4月4日（金）までに要申込。



募集

「目指せ！健康長寿！」
はつらつ体操教室生徒募集

☎ 健康福祉課 高齢者・女性係 ☎65・0001

【日時】 4月～9月の間の火曜日（全25回）

10時～11時30分

【場所】 総合福祉センター「ひまわりの里」ほか

【対象】 65歳以上の人（定員15名。新規の方優先。リピーターの方も先着で受け付けます。）

【その他】 参加料無料。3月21日（金）までに要申込。



募集

女性相談員による
女性のための相談室

☎ 健康福祉課 高齢者・女性係 ☎65・0001

配偶者や恋人からの暴力や暴言、家庭の事、今後の生き方など日々の生活で起こる悩みや心配事について、女性相談員が対応し、解決に向けた助言や情報提供を行います。あなたと一緒に考える場に行いましょう。

【日時】 毎月2回（金） ①13時～ ②14時～

【場所】 総合福祉センター「ひまわりの里」

【相談方法】 面接相談

※事前に予約された方を優先します

電話での相談は受け付けておりません

【その他】 無料。秘密は厳守されます。

※DV等の緊急の場合は、相談日以外にも相談を受け付けますのでご連絡ください

女性のための相談室日程表

開催日		開催日	
4月	11日	7月	11日
	25日		25日
5月	9日	8月	8日
	23日		22日
6月	13日	9月	12日
	27日		26日

ウォーキング教室・健康体操教室 案内

教室	期間・曜日	時間	対象	内容
ウォーキング教室	令和7年4月～令和8年3月までの火曜日	9時30分～11時	町内在住の人	まずは歩くことから始めませんか？健康講話もあります。
健康体操教室	令和7年4月～令和8年3月までの木曜日	14時～15時30分	町内在住の女性	若い方からご年配の方まで手軽にできる健康体操教室です。

【場所】 総合体育館

【持参物】 運動のできる服装、屋内用シューズ、タオル、マット、水筒等

【その他】 参加費1回100円

3月13日（木）～27日（木）までに申込（定員各40人）



募集

ウォーキング教室・健康体操教室
参加者募集

☎ 社会教育課 社会体育係 ☎65・5145

