

○費用の記載がないものは、すべて無料です。  
 ○郵送先は特に記載がない場合、〒342-8501(住所不要)です。  
 ○ファクスは、FAX共通と記載されている場合、市役所共通981・5392です。

	日時	場所
①	3月14日(木) 午後1時30分～3時	社会福祉協議会
②	3月15日(金) 午後2時30分～3時30分	愛・グループホーム木売
③	3月17日(日) 午後1時45分～2時45分	吉川いろ彩
④	3月20日(水) 午後1時30分～3時	グループホームなごみ
⑤	3月27日(火) 午後2時～3時	平沼地区公民館

981・7158 FAX 984・6336  
 3 地域包括支援センター ☎  
 9011 FAX 971・9012 ⑤ 第  
 グループホームなごみ ☎971・  
 (平日のみ) FAX 967・5285 ④  
 ③ 吉川いろ彩 ☎967・5280  
 971・8813 FAX 971・8816  
 9 ② 愛・グループホーム木売 ☎  
 ター ☎984・4766 FAX 981・871  
 申込…① 第1地域包括支援セン

認知症に関するお問い合わせは、  
 対象…認知症の方やその家族、  
 止になる場合があります。  
 んか。※天候などによって中  
 みなで楽しくお話しませ  
 なまりんオレンジカフェ  
 問合せ…たすけあい・よしか  
 わ ☎971・6969

## 講座

### ①いきいき運動教室

運動指導士のもと、リズム体操やストレッチ運動、筋力トレーニングを行う運動教室です。  
**対象:**65歳以上の方(令和7年3月31日現在)になる方も含む)

**【おあしす(各先着40人)】**

**日時:**5月13日(木)～9月9日(木)(全15回)

**Aコース** 午後1時～2時30分

**Bコース** 午後2時45分～4時15分

**【旭地区公民館(先着40人)】**

**日時:**5月7日(水)～9月10日(水)午後1時30分～3時(全15回)

**【東部地区公民館(先着25人)】※自家用車での来館不可**

**日時:**5月8日(木)～9月11日(木)午前10時～11時30分(全15回)

**【美南地区公民館(各先着40人)】※自家用車での来館不可**

**日時:**5月8日(木)～9月11日(木)(全15回)

**Aコース** 午後1時～2時30分

**Bコース** 午後2時45分～4時15分

**【中央公民館(各先着40人)】**

**日時:**5月9日(金)～9月19日(金)(全15回)

**Aコース** 午後1時15分～2時45分

**Bコース** 午後3時15分～4時45分

**日時:**5月7日(水)～9月24日(水)(全15回)

**Cコース** 午前10時～11時30分

### いきいき運動教室・はつらつ運動教室

#### ②はつらつ運動教室

座りながらできる運動や口腔体操を行い、身体的機能や認知機能の低下を予防する運動教室です。(必要な方には送迎あり※乗降の補助はなし)

**対象:**①への参加(立位の運動)が難しいなど生活機能の低下がある方

**【平沼地区公民館(各先着16人)】**

**日時:**5月9日(木)～9月12日(木)

**Aコース** 午前10時～11時30分

**Bコース** 午後1時30分～3時

**【美南地区公民館(各先着16人)】**

**日時:**5月10日(金)～9月13日(金)

**Aコース** 午前10時～11時30分

**Bコース** 午後1時30分～3時

**【①②共通】申込・問合せ:**1人1コースを選択し、下記の期間内に電話で東京体育機器へ ☎03・3625・6831 FAX 03・3625・6802  
 ①3月11日(木)～15日(金)②3月18日(木)～25日(木)(土日祝除く)

※新規の方を優先。受付時間は午前10時から午後4時まで。利用決定後、各参加者へ日程などを送付。



**介護と向き合う人のためのサロン**  
 介護に関する悩みを共有したり、話をしながら気分転換しましょう。 ※天候などによ

中止になる場合があります。  
**日時:**4月2日(水)午前10時～11時30分  
**場所:**旭地区センター203  
**対象:**介護をしている方、こ

れから介護の予定のある方  
**申込:**第1地域包括支援センター ☎984・4766 FAX 981・8719

広告

**住みごこち最適化!!**  
 リノベで動線や内・外装を変えて、日常をもっと楽しみませんか?  
 ～お家のことなら匠にすべておまかせを～  
 ※Webサイトは左のQRコードからどうぞ (URL: <http://takumi-b.com/>)  
 まずは電話でお見積り!  
**048-940-8938**  
 住宅リフォーム 株式会社 匠美建  
 〒342-0036 埼玉県吉川市高麗 1-27-3 今野ビル303

**ご成約の90%がご紹介の不動産屋**  
 買い取ります! 売買・賃貸 空家・空地・相続等 不動産のご相談  
**Mr. Brote**  
**ミスターブローテ株式会社**  
 〒342-0056 埼玉県吉川市平沼1-21-28  
 必ずはお気軽にご相談ください!  
**048-945-4599**

広告