

認知症の正しい知識を身に付けるため  
認知症サポーター養成講座を  
開催します



認知症の症状や接  
し方などについて学  
びます。講座修了者にはサポ  
ーターの証となる「オレンジ  
リング」を贈呈します。

日時 1月16日(木)  
午後1時30分～3時

場所 サンピノ  
問合せ 長寿いきがい課  
☎89・5355

運動不足の方や運動を始めた方へ  
ヘルスアップ！運動教室を  
開催します

健康運動指導士が運動の基  
本をお教えします。



日時 1月24日(金)  
午後1時30分～

場所 市役所大会議室  
持ち物 飲み物  
申し込み 1月21日(火)までに  
電話で

※希望により送迎します  
問合せ 健康づくり課

☎58・2838

入園を希望する方はお忘れなく  
保育所・認定こども園  
入園の2次募集を行います

4月から保育所、認定こども園へ入園を希望する方で、申し込みをしていない方を対象に、2次募集を受け付けます。

受付期間

1月6日(月)～31日(金)

受付場所

▼第1希望が保育所の場合

第1希望の施設または子育て支援課、地域局市民福祉課

▼第1希望が認定こども園の場合

第1希望の認定こども園

問合せ 子育て支援課

☎89・2946  
☎73・5500  
地域局市民福祉課



妊娠や出産、育児の不安を解消！  
マミークラスの  
参加者を募集します

パートナーや家族の方もお気軽に参加ください。

●妊娠中の過ごし方など

日時 1月17日(金)  
午後1時30分～3時

場所 サンピノ

申し込み 前日までに

●赤ちゃんの沐浴体験など

日時 1月26日(日)  
午前9時30分～正午

場所 サンピノ  
申し込み 2日前までに

●ベビータッチングケアなど

日時 1月27日(月)  
午後1時～3時

場所 サンピノ  
申し込み 2日前までに

問い合わせ めんchocoてらす  
☎89・2948

毎週木曜 ストレッチボール教室  
1/16～2/20  
19:00～19:50  
20:00～20:50  
二ツ井町総合体育館  
成人男女  
会 員1,000円  
非会員1,600円

毎週水曜 筋肉貯筋運動教室  
1/8～3/25  
10:00～11:30  
二ツ井町総合体育館  
成人男女  
会 員1,500円  
非会員2,500円

毎週水曜 メタボ予防改善ウォーキング  
1/8～3/25  
19:30～20:30  
二ツ井町総合体育館  
成人男女  
会 員1,500円  
非会員2,500円

毎週火曜 ウォーキングで元気教室  
1/7～3/24  
10:00～11:20  
二ツ井町総合体育館  
成人男女  
会 員900円  
非会員1,500円

スポカルきみまち便り ☎090-8785-8823

毎週金曜 男の体力づくり教室【新】  
筋力トレーニングと脳トレ運動で体力アップ  
1/17～2/14 10:00～11:30  
二ツ井町総合体育館  
65歳以上の男性  
会 員600円 非会員1,000円

毎週月曜 骨盤底筋トレーニング  
1/20～2/24  
19:00～19:50  
二ツ井町総合体育館  
成人男女  
会 員700円  
非会員1,200円

毎週木曜 らくゆら体操【新】  
いすに座って体を伸ばしたりストレッチボールで体を揺らしたりします  
1/23～3/26 10:00～11:00  
二ツ井公民館  
70歳以上男女  
会 員1,200円 非会員2,100円