



7月の「のしろ食育デー」は19日(土)・20日(日) 各家庭で食育活動を実践してみましよう！

認知症サポーター養成講座

認知症の人やその家族には、地域の見守りが大切です。認知症の正しい知識を習得し、思いやりのある見守りや対応を心掛けてみませんか。

講座では、認知症の症状や認知症の人への接し方などを学びます。受講者には、オレンジカードとオレンジバッジをお渡しします。

▼日時 7月10日(木)13時30分～15時

▼場所 本庁舎会議室8

▼定員 先着10人

▼申し込み 7月8日(火)までに電話で

▼問合せ 長寿いきがい課

TEL 89・5355

催し・講座

6の市に合わせてイベントを行います

毎月6日、16日、26日の7時～12時頃に6の市を開催しています。

NOSHIRO Flea Market

衣類や雑貨、フードなど多彩なお店が集まるフリーマーケット。

ケット。掘り出し物やお気に入りを見つけにお立ち寄りください。詳細はイベントイン스타그램でご確認ください。



▼日時 7月6日(日)10時～15時

▼場所 北高跡地

▼内容 フリーマーケット約30店舗、マルシェ&キッチンカー約10店舗、KidsBase

ban縁日

ラジオ体操会

スポーツ推進委員によるラジオ体操指導があります。この機会に正しい方法を教わって、毎日続けて健康づくりしてみませんか。

▼日時 7月6日(日)、26日(土)7時30分～8時

※雨天決行

いすヨガ教室

いすを使って簡単にできるヨガ教室です。初心者の方もお気軽にご参加ください。

▼日時 7月6日(日)、26日(土)8時10分～8時40分

※雨天決行

▼問合せ

ラジオ体操会・ヨガ教室：総合政策課 TEL 89・2142

6の市ほか：市の会(中山) TEL 090・9532・7628



困り事・お悩み相談 ～おしゃべりしませんか～



傾聴サロン

誰でも気軽に立ち寄り、悩みなどを語ることができます。心を休養させる場所としてご利用ください。

▶場所について…問合せ 健康づくり課 TEL 58-2838

名称/団体名	日時	場所
お茶っこサロン 絆の会	5日(土) 13時～15時	長崎集会所
おひさまサロン あったかい“わ”	6日(日) 13時～15時	サンピノ
かいわば かいわば	12日(土) 14時～16時	広域交流センター
かだって、かだるべ「交流サロン」 萌の会	10日(木) 13時～15時	サンピノ
コーヒースalon ひとやすみ ひとやすみ	19日(土) 13時～15時	サンピノ
ごっこサロン ぐっこサロン	18日(金) 13時30分～15時30分	保坂福祉会館
サロン アロハ サロン アロハ	9日(水) 13時～15時	中央公民館
サロンさんぽ道 らく・楽	24日(木) 13時30分～15時30分	やさしい風「健康館」
サロン「リラタイム」 和絆	5日(土)、15日(火)、25日(金) 14時～16時	浄徳寺
ほっと・サロン ふれあいのWA	10日(木) 9時～12時	二ツ井公民館

ピアカウンセリング

障害のある方がピアカウンセラーです。当事者同士にしか分からない痛みやつらさに親身になって寄り添います。聴覚障がいの方はファクス(89-6335)で事前に連絡をお願いします。

▶日時 12日(土)13時30分～15時
▶場所・問合せ とらいあんぐる TEL 89-6333

まるっとステーション

丸ごと相談員が生活上の困り事・悩み事などお聞きします。

▶問合せ 市社会福祉協議会 TEL 89-6000

場所	日時
まるっとステーション まちなか(柳町)	祝日を除く月～金曜日、10時～17時
南部公民館	4日(金)、11日(金)、25日(金)
東部公民館	9日(水)、16日(水)、23日(水)
檜山公民館	1日(火)、15日(火)、22日(火)
鶴形公民館	9日(水)、16日(水)、23日(水)
常盤公民館	7日(月)、15日(火)、28日(月)
特別養護老人ホームしのめ交流室(向能代地区)	7日(月)、14日(月)、28日(月)
※各公民館と特養しのめは10時～15時	