

スキルアップ講習

| | 日程 | 時間 | 内容 |
|---|----------------|-------|-----------------------|
| ① | 7/11(土)・18(土) | 9:00 | Excel 応用 1 (表活用) |
| ② | 7/25(土)・8/1(土) | 16:00 | Excel 応用 2 (データベース活用) |

場 春日部高等技術専門学校
 対 ①Excelの基本操作(関数入力、相対参照、表計算)ができる方 ②Excelの操作(表計算、グラフ作成、データ抽出)ができる方
 定 各20人(超えた場合抽選)
 費 各2,000円(テキスト代別)
 申 6月1日(月)～10日(水)に、電子申請で申し込み
 問 同校 ☎n3735119@pref.saitama.lg.jp / ☎048-737-3511



サルビアとマリーゴールドの無料配布

日 6月21日(日) 9時～10時
 場 栗橋行政センター 駐輪場
 ※有償の花苗も用意しています。
 配布数 70袋(1家族1袋)
 ※当日会場先着順
 問 栗美会 権田 ☎52-3717
 ※会員募集中

認知症の方の集いの場 ～久喜カフェ・チェリッシュ～

日 7月15日(水) 9時30分～11時
 場 久喜中央コミュニティセンター 会議室5
 対 市内在住で、認知症のある方・認知症疑いのある方とその家族
 内 カフェタイム(座談会)、体操など
 ※専門家の個別相談も可
 問 高齢者福祉課地域包括支援係(内線3274)

いきいき温泉久喜の催し

◆健康体操(サプナ21健康体操久喜)
 日 6月17日(水) 10時30分～11時30分
 持 バスタオル
 ◆パドル健康体操
 日 6月24日(水) 10時～11時
 講 小林靖子さん
 ◆カラオケ大会
 日 6月26日(金) 10時
 ※詳細はお問い合わせください。
【共通】
 対 市内在住の60歳以上でいきいき温泉久喜の利用証をお持ちの方
 ※利用証は久喜市役所高齢者福祉課・各行政センター福祉係にて発行可能
 問 いきいき温泉久喜 ☎22-7933

地域の憩いの場 オレンジカフェ(認知症カフェ)

ほっと一息しに来ませんか? 専門家に相談することもできます。

| | 日程 | 時間 | 場所 |
|---|---------|-------------|---------------------|
| ① | 7/15(水) | 9:30～11:00 | 久喜中央コミュニティセンター 会議室5 |
| ② | 7/22(水) | 13:30～15:00 | グループホーム みんなの家・菅蒲 |
| ③ | 7/30(木) | 14:00～15:30 | 栗 第1・2会議室 |

対 市内在住の認知症のある方とその家族、認知症の疑いのある方、認知症サポーターなど
 問 ①高齢者福祉課地域包括支援係(内線3274) / ②菅蒲地域包括支援センター ☎85-8131 / ③栗橋地域包括支援センター ☎52-7835



求人企業合同説明会

日 6月25日(木) 13時～16時 / 受付12時30分～15時30分
 場 大宮ソニックシティビル 市民ホール
 内 県内企業が多数参加する合同説明会です。求人情報冊子を来場者全員に配布します。
 ※参加企業名は開催2週間前から埼玉県雇用対策協議会ホームページに掲載
 対 ①大学・短大・専門学校生の方 ②既卒3年以内の方
 問 同協議会 ☎048-647-4185



音楽の街・久喜市 街かどコンサート

日 6月7日(日) 13時30分～16時
 場 桜田コミュニティセンター 集会室
 内 昨年大好評だったフォークソングコンサートを今年も開催。会場の皆さんと歌うコーナーもあります。
 出演 青い風、フォークソング倶楽部とちぎ ※申込み不要
 問 文化振興課文化振興係(鷺 内線366)

もの忘れ相談

日 7月21日(火) 9時15分、10時30分(各45分)
 場 菅蒲コミュニティセンター 第1・2集会室
 内 個別相談と認知症簡易チェック(簡易チェックは希望者のみ)
 対 65歳以上の市内在住者で、もの忘れで医療機関に通院していない方、その家族 定 各2人(申込順)
 申 6月9日(火)～7月15日(水)に、菅蒲地域包括支援センター(☎85-8131)へ

自作 LINE スタンプで遊ぼう!

日 6月27日(土) 10時～12時
 場 青葉コミュニティセンター 会議室3
 ※他にも開催枠あり、ご相談ください。
 定 5人(申込順) 費 500円(施設利用料)
 持 スマートフォン
 申 6月20日(土)までに、メールまたは電話で、スマホ教室 渡辺(☎vwatanave0211@gmail.com / ☎080-8808-3473)へ

発達障がいを考える講演会

日 8月1日(土) 14時～15時30分
 場 ふれあいセンター久喜 会議室
 講 野崎陽弘さん(埼玉県発達障害者支援センター「まほろば」)
 定 35人(申込順)
 対 市内在住・在勤者
 申 6月29日(月)～7月27日(月)に、電子申請・FAX・メール・電話で、障がい者福祉課自立支援第1係・第2係(☎22-3319 / ☎shogaifukushi@city.kuki.lg.jp / 内線3252・3258)へ



本格そば打ち体験

日 6月27日(土) 9時30分～13時
 場 栗橋コミュニティセンター
 内 楽しくそば打ちを体験しましょう!
 対 市内在住・在勤者
 定 5人(申込順) 費 3,000円
 持 エプロン、タオル2枚、三角巾またはバンダナ
 申 6月20日(土)までに、メールまたは電話で、彩蕎一門会 樽見(☎sobasuke1947@yahoo.co.jp / ☎090-2406-5931)へ



健康ストレッチ体験会

日 6月10日・17日・24日 各水曜日
 ストレッチ スマイル: 9時30分～10時30分、ストレッチ ひまわり: 10時45分～11時45分
 場 鷺宮福祉センター
 内 筋力と柔軟性を維持するストレッチを行います。※予約不要
 講 天川和美さん 持 タオル
 問 ストレッチ スマイル、ストレッチ ひまわり 相内 ☎090-8596-2937

みんなで楽しく脳トレしませんか～いきいき!脳活倶楽部～

日 7月15日(水) 9時30分～11時
 場 久喜中央コミュニティセンター 会議室1・2
 内 座りながらの体操、指先を使った脳トレ、回想法 ※個別相談も可
 対 市内在住者で、もの忘れなど気になることがある方
 定 15人(申込順)
 申 6月10日(水)～7月10日(金)に、高齢者福祉課地域包括支援係(内線3273・3274)へ

記憶力チェック体験をしませんか?～脳の健康度を知りましょう～

日 7月1日(水) 9時30分～11時30分
 場 ふれあいセンター久喜 会議室4・5
 内 映像を見て質問に答えるだけでその場で結果がわかります。
 ※病気を診断するための検査ではありません。
 対 65歳以上の市内在住者
 定 20人(申込順)
 申 久喜東地域包括支援センター ☎23-8845

野草観察ふれあいウォーク葛西用水

日 7月5日(日) 9時30分～11時30分
 場 葛西用水土手周り(集合場所:ふれあいセンター久喜 駐車場)
 内 葛西用水土手周りにおける野草観察
 講 藤浪康義さん(野草研究家)
 対 市内在住・在勤・在学者
 費 300円 持 筆記用具
 申 6月30日(火)までに、久喜の自然を愛する会 平尾(☎090-1659-9956)へ

年金コラム 産前産後期間の免除制度

対 「国民年金第1号被保険者」で出産日が平成31年2月1日以降の方
 届出時期 出産予定日の6カ月前から届出可
 産前産後期間の取扱い 産前産後として認められた期間は保険料を納付したものとして老齢基礎年金の受給額に反映されます。
 ※マイナンバーカードをお持ちの方は、マイナポータルから届出可
 持 基礎年金番号または個人番号と本人確認ができるもの、出産予定日が確認できるもの(母子健康手帳等)
 ※出産後に届出する場合、市で出産日が確認できる時は原則不要
 申 市民課(総合窓口)または各行政センター市民係
 問 春日部年金事務所 ☎048-737-7112 / 市民課(総合窓口) 市民・サポート係(内線2663) / 各行政センター市民係(菅 122 / 栗 215 / 鷺 126)

組合員の皆様へ

「JAアグリホールくき」では

ご葬儀のすべてを真心こめてお手伝いさせていただきます。あなたの想い...いつでも私たちにご相談ください。

アグリ倶楽部 会員募集中!! 【加入申込金】1,000円で大きな特典。
 ご入金・お問い合わせはJAアグリホールまで。

地域密着のJAでは 明瞭・安心・低価格でのご葬儀を提供しております。

JA南彩(久喜・菅蒲地区) JA埼玉みずほ(栗橋・鷺宮地区) 24時間対応 安置室完備
 JA葬祭総合センター 加須市志多見1700-1 www.jasousai-musashinomura.jp/

久喜市菅蒲町菅蒲1603-1 TEL.0480-85-9900

庭木のお手入れ承ります

見積・出張費 無料!

UEKIYA KAKUMEI 植木屋革命

www.919g.co.jp

剪定 伐採

クイック・ガーデニング 草むしり

株式会社クイック・ガーデニング
 〒183-0016 東京都府中市八幡町3-19-20 サンサティア TEL.042-330-5919

0120-329-919 【受付】9:00～18:00 土・日・祝日も受付(年末年始を除く)