

ターゲットボード ゴルフ教室

年齢・男女を問わず、ゴルフを手軽に楽しめるスポーツです。

日時 10月13日(土) 9時～12時

※雨天の場合は10月14日(日)

場所 総合運動公園子ども広場予定地

内容 ターゲットボードゴルフの紹介、実技体験

定員 30人(申込順)

費用 無料

持物 飲み物、運動のできる服装

※用具は貸し出します。

申込期間 9月10日(月)～10月5日(金)

申込み・問合せ 久喜市ターゲットボードゴルフ協会 土井 090・3437・5856

家庭介護講座

日程 ①9月29日 ②10月27日 各土曜日 10時～16時

場所 養護老人ホーム偕楽荘

内容 ①介護保険の利用方法、福祉用具の選び方・使い方、介護技術のポイントなど

生活保護の概要、高齢者の食事の作り方・介助のポイント、高齢者の身体の特徴など

対象 高校生以上

定員 各20人(申込順)

費用 無料/昼食を希望する方は350円

申込期間 ①9月10日(月)～24日(月) ②9月10日(月)～10月19日(金)

申込み・問合せ 偕楽荘 ☎21・0307

精神保健ボランティア養成講座

精神の障がいを抱えながら地域で暮らす方たちと、一緒に住みよい地域づくりをしませんか。

日程 10月12日・19日、11月9日 各金曜日 全3回 13時30分～15時30分

※別に、10月20日～11月8日の期間中、1日ボランティア体験があります。

場所 ふれあいセンター久喜 2階視聴覚室

内容 精神に障がいのある方との交流、精神保健の歴史やボランティア活動の紹介

定員 30人

対象 精神保健に関心があり、ボランティア活動ができる方

費用 500円(保険料、資料代)

申込期間 9月11日(火)～29日(土)

申込み・問合せ 埼葛北障害者地域活動支援センター「ベルベール」 ☎25・2755

※月曜日を除く

柔道整復師による 元氣アップ体操教室

膝・肩・腰の痛み予防

日程 10月4日・11日・18日・25日 各木曜日 全4回 受け付け13時/13時30分/15時30分

場所 中央保健センター

内容 膝・肩・腰の痛みを予防するストレッチ体操等

対象 65歳以上の市内在住者で、介護保険法による要支援・要介護認定を受けていない方

※現在、痛みがあり治療中の方は、参加について医師にご相談ください。なお、柔道整復師による治療は行いません。

定員 20人(申込順)

費用 無料

持物 飲み物、上履き、バスタオル、手ぬぐいサイズのタオル、動きやすい服装

申込期間 9月12日(水)～25日(火)

申込み・問合せ 介護福祉課 高齢者福祉係(内線3262)

子育てサークル

「本町親子リズム」体験会

歌や音楽に合わせたリズム体操を親子で楽しみなながら、仲間づくりをしませんか。

日程 ①9月26日 ②10月3日 ③10月31日 各水曜日 10時～12時

ママも赤ちゃんも出合いを楽しみませんか。

日程 10月11日(木)～平成25年4月までの月3回(水または木曜日) 各10時～11時30分

※初回のみ10時50分～11時50分

場所 中央保健センターまたはふれあいセンター久喜

内容 絵本の読み聞かせ、わらべ歌、情報交換など

対象 おおむね5か月～10か月の子どもとその保護者

定員 15組(超えた場合抽選)

費用 月100円程度(通信費)

申込方法・問合せ 9月20日(木)の10時～14時に、電話で、子育て応援団いちご畑 金井 ☎090・2432・1365)へ

赤ちゃんサロン いちごみるく

ママも赤ちゃんも出合いを楽しみませんか。

日程 10月11日(木)～平成25年4月までの月3回(水または木曜日) 各10時～11時30分

※初回のみ10時50分～11時50分

場所 中央保健センターまたはふれあいセンター久喜

内容 絵本の読み聞かせ、わらべ歌、情報交換など

対象 おおむね5か月～10か月の子どもとその保護者

定員 15組(超えた場合抽選)

費用 月100円程度(通信費)

申込方法・問合せ 9月20日(木)の10時～14時に、電話で、子育て応援団いちご畑 金井 ☎090・2432・1365)へ