

# お知らせ

**華齢に貯筋エクササイズ  
〜一般介護予防事業〜  
のご案内**  
問健康福祉課 〔☎〕4173

いつまでも元気で活動的な生活を送ることができるように、一般介護予防事業による体操教室を開催します。住み慣れた地域で元気に生活していくためにも、介護予防に取り組みましょう。日ごろ運動習慣がない方も是非この機会に、お気軽にお申し込みください。

〔目・容〕左記参照(全6回)

日程	内容	時間	持ち物
4月19日(金)	介護予防体操	14時～ 15時30分	<ul style="list-style-type: none"> <li>・運動できる服装</li> <li>・室内用シューズ</li> <li>・タオル</li> <li>・水分</li> </ul>
5月17日(金)			
6月14日(金)			
7月12日(金)			
8月16日(金)			
9月13日(金)			

※日程は、講師の都合により変更になる場合があります

〔対〕町在住者で65歳以上の運動制限のない方  
デイサービス等利用していない方  
〔所〕町保健センター 〔定〕先着20人  
〔申〕3月12日(火)〜

※治療中の方は、主治医に相談の上お申し込みください。



## ひまわりカフェ

問健康福祉課 〔☎〕4173

「ひまわりカフェ」とは、認知症の方やその介護をされている方など、誰でも気軽に利用いただける憩いの場です。

日頃の悩みや思いなどを同じ立場の人たちと共有しませんか。  
〔目〕3月20日(水)13時〜15時  
〔所〕野木町総合サポートセンター  
ひまわり館(旧丸林保育所)  
オブザーバー

〔料〕無料  
友志会リハビリ部 理学療法士

**おやま地区  
手話通訳者等養成講習会**  
問健康福祉課 〔☎〕4172

〔小山・下野・野木合同開催〕

〔入門基礎〕講座(全45回)

〔目〕4月20日〜2月29日の土曜日  
9時30分〜12時

講義(6回)13時〜14時30分  
〔対〕野木町在住で、初めて手話を学び手話を段階的に学びたい方

〔定〕20人(申込多数の場合は抽選)  
〔料〕無料(テキスト代別)

〔ステップアップ〕講座(全24回)

〔目〕4月20日〜12月14日の土曜日  
9時30分〜12時

〔対〕野木町在住で、「入門基礎」講座修了者もしくは相応の経験者

〔定〕10人(事前面接あり)  
〔料〕実費

▽2講座・共通事項

〔所〕小山市・間々田市民交流センター「しらすぎ館」、他

〔申〕3月19日(火)までに問い合わせ先へ

**野木町総合サポートセンター  
ひまわり館内覧会**

問健康福祉課 〔☎〕(33)6878

4月1日にグラウンドオープンを迎える、野木町総合サポートセンターひまわり館の内覧会を開催します。是非、ご来館ください。

〔目〕3月24日(日)

午前の部 9時30分〜11時30分  
午後の部 13時30分〜16時30分

〔所〕野木町総合サポートセンター  
ひまわり館(旧丸林保育所)  
(野木町丸林582・1)

## 人権標語

みんなの個性が光り合い

とてもきれいな色になる

野木中学校 仁平 ひより

(2019年度人権啓発カレンダー掲載作品審査会での優秀作品から選出したものです)