

### 元気アップ運動教室 元気はつらつ運動教室

対65歳以上の方

【持ち物】室内シューズ、タオル、飲み物

※新規の方だけでなく、過去に参加していただいた方もお申込みいただけます。

※元気アップ運動教室・元気はつらつ運動教室両方の受講も可能です。

#### 元気アップ運動教室

いきいきと元気な体づくりのために、ぜひ参加してみませんか。

日10月4日・18日、11月1日・15日、12月6日・20日、令和7年1月17日・31日、2月7日・21日、3月7日・21日（全て金曜日）

①10時～11時 ②14時～15時

※①②いずれかを選択して申し込んでください。全て同じ内容になります。

所ホープ館2階 教養室

定各回先着20名 ￥無料

容野木町100歳体操、シニアヨガ、脳トレ体操

#### ※100歳体操とは…

全国的に取り組んでいる重りを使った筋力運動です。椅子に座って手足をゆっくり動かすことで筋力、バランス能力を高めることができます。

#### 【講師】

大谷香織 先生

日9月9日(月)～13日(金)8時30分～17時15分  
電話または直接問合せ先

※定員を超えた場合は初受講の方を優先とし、受講済みの方は抽選とさせていただきます。

問町地域包括支援センター ☎(57)2400

#### 元気はつらつ運動教室

器具を使った筋力トレーニング、軽体操を行い、無理なく体を動かしていきましょう。

日毎月第2・4木曜日(11月は7日・21日)

①9時15分～ ②10時15分～ ③11時15分～  
④14時～ ⑤15時～（各回40分）

※①～⑤いずれかを選択して申し込んでください。全て同じ内容になります。

所ひまわり館

定各回先着8名 ￥無料

容器具を使用した筋力トレーニング、軽体操

#### 【講師】

地域包括支援センター保健師、看護師

日月～金曜日 8時30分～17時15分 随時募集  
電話または直接問合せ先

問町地域包括支援センター ☎(57)2400

### プチコンサート

音楽等の鑑賞を通して、子どもから高齢者の方までの多世代交流と生きがいづくりの場を提供します。

日9月25日(水)13時30分～15時

所ひまわり館多目的室1

容ギター、ウクレレ、パーカッションの演奏(富岡幸男と歌声ハーモニー様)、オカリナと朗読のコラボ(アマリリス様、星空様)

対町内在住者

定先着25名

￥無料

日9月2日(月)～電話または直接問合せ先  
問ひまわり館 ☎(33)6878

### 小山警察署長・小山地区交通安全協会長の連名表彰の募集

他の模範となる安全運転を励行し、悲惨な交通事故の防止に貢献している優良ドライバーの皆様方を表彰します。

|   |     |                                                |
|---|-----|------------------------------------------------|
| 対 | 5年  | 平成30年4月1日～平成31年3月31日の間に原付免許・小特免許・普通免許等を取得している方 |
|   | 10年 | 平成25年4月1日～平成26年3月31日の間に原付免許・小特免許・普通免許等を取得している方 |
|   | 15年 | 平成20年4月1日～平成21年3月31日の間に原付免許・小特免許・普通免許等を取得している方 |

○運転免許を有し、いずれの表彰も取得期間限定で自動車(原付免許を含む)を運転している方

○過去5年(平成31年4月1日～令和6年3月31日)以上自己の責任による交通事故が無く、かつ交通関係法令違反点数が3点以内

○過去に交通功労者として県表彰を受けていない方

#### 【表彰式日時】

日令和7年2月1日(土)13時30分～

所小山市立文化センター大ホール

日9月20日(金)～10月21日(月)

下記書類を添えて問合せ先

①運転免許証のコピー(表裏)

※名前のふりがな・連絡先の電話番号を記入

②運転記録証明書(5年間)の原本

※運転記録証明書の交付を受けるには、町総務課・野木交番・佐川野駐在所・小山地区交通安全協会にある申込用紙に必要事項を記入の上、9月11日(水)～10月10日(木)に自動車安全運転センター栃木県事務所に申込み

(交付手数料670円、郵便局でも申込み可)

問小山地区交通安全協会(小山警察署内)

☎0285(39)6615

総務課 ☎(57)4112