

## みんなの健康教室

日時…9月28日(金) 13:00~13:30

場所…生き活きセンター多目的ホール

テーマ…口と歯のいろいろ

講師…飛嶋歯科医院 飛嶋大作先生

問…西北五医師会 Tel.35-0059

## エンゼルひろば

お母さん同士や保健師・栄養士と、子育ての楽しさやお子さんの成長に関する悩み、情報をシェアするひろばです。

身長計・体重計はご自由にお使いいただけますので、お子さんと一緒にお出でください。予約は不要です。

日時・場所

▷10月12日(金) 10:00~11:30

中央公民館3階第1研修室

▷10月26日(金) 10:00~11:30

金木公民館住民室

\*市浦会場開催日については、市浦地区在住の方を対象に、赤ちゃん

訪問などの際に日程をお知らせしています。

\*11:00からミニ勉強会「おやつ選び方」(講師:市栄養士)を実施します。

持ち物…バスタオル(身長計・体重計をご利用の方)、母子健康手帳

問…健康推進課 内線2391

## 平成30年度認知症フォーラムの開催について

楽しみながら認知症についての知識を得る機会としていただけるよう、寸劇やステージ発表、展示や体験、介護相談コーナー、そして毎年好評の金太豆蔵一座による認知症をテーマとした人形劇もあります。ぜひお越しください。

日時…9月29日(土) 13:00~16:00

(受付11:00~)

場所…オルテンシア大ホール

定員…先着1,000名

料金…無料(要申込)

申込期間…9月15日(土)まで

\*詳細はお問い合わせください。

申込先…地域包括支援センター  
内線2463



## 元気はつらつ教室

仲間と一緒に脳トレや軽い運動を楽しみ、介護予防に取り組んでみませんか。地域の在宅介護支援センターの職員による介護に関する相談も行っていますので、お気軽にご利用ください。

日時・場所

▷9月11日(火) 13:00~14:00

田町栄町 白衣神社

問…地域包括支援センター

内線2463

## いきいき教室(介護予防教室)

申込先…地域包括支援センター 内線2463

高齢者の健康づくりのための楽しい教室です。初めての方、大歓迎です。一緒に参加してみませんか。

対象…要介護認定を受けていない65歳以上の市民の方

参加費…無料

日時・場所(受付はそれぞれ9:30~、13:00~)

申込み…開催日の3日前までにお申し込みください。

\*9月14日(金)に参加を希望する方は必ず9月7日(金)までにお申し込みください。

▷9月11日(火) 手作りけん玉で集中力アップ!

コミュニティセンター栄 10:00~11:30

生き活きセンター 13:30~15:00

▷9月28日(金) なんて実用的! 手作り鍋敷きマット

金木公民館 10:00~11:30

保健センター市浦 13:30~15:00

▷9月14日(金) 野外活動「金山焼体験クラブ」

\*出発時間が地区で異なるためご注意ください。

市浦・金木地区方面の方

8:30 市浦総合支所出発

9:00 金木総合支所出発

9:05 金木公民館出発

9:25 コミュニティセンター三好出発

市内の方

9:00 コミュニティセンター栄出発

9:15 五所川原市役所出発

9:35 生き活きセンター出発

料金…無料(体験代、昼食代は別途必要です)

体験…金山焼手びねり(所要時間30分~60分)

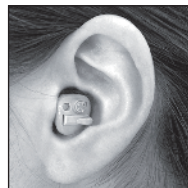
1,296円(自己負担)

ピザ作り(所要時間30分)

1,000円(自己負担)

## 補聴器10日間無料貸出し

補聴器は毎日使うため汚れてきます。長く使うには清潔さが大切です! 金正堂本店ではいつでも**補聴器のクリーニングを無料サービス**しています。お気軽にお持ちください。



ニコン製  
アナログ  
既製  
耳穴型  
かんたん  
補聴器  
片耳  
¥29,800



五所川原店限定 期間:平成30年9月末まで

### 腕時計 電池交換 半額キャンペーン

お一人様2本まで

■電池交換

通常価格 1,200円 → 特別価格 **600円** + 税

※一部対象外もございます。また、ご不明な点がございましたらお問合せください。

金正堂本店 五所川原店 TEL.0173-34-3181

営業時間/9:30~18:00 青森県五所川原市布屋町 30-1