

## すこやか倶楽部のご案内

〈対象者〉介護保険サービスを利用していない65歳以上の方。  
 〈内容〉お住まいの近くの地区会館などで、介護を必要とする状態にならないよう、より元気で過ごすために、地域の方々と介護予防センターが協力して、介護予防の教室やレクリエーションを月1回程度行っています。時間は、各会場や実施内容によって異なります。詳細・参加のお申し込みは、各地区担当介護予防センターにお問い合わせください。  
 〈参加費〉無料～1,000円程度（実施内容によって材料費のかかる場合があります）。

担当(お問い合わせ先)	会 場	開 催 予 定 日	内 容
介護予防センター 里塚・清田・美しが丘 ☎885-7119	市営住宅・里塚集会所（里塚1条4丁目）	12月19日(火)、1月17日(水)、2月21日(水)、3月21日(祝)	12月：忘年会 （もちつき会） 1月：カルタ会 2月：手工芸 3月：クイズ大会 （頭の体操）  ※予定日が祝・休日の場合、日程変更、またはお休みする場合があります。
	日の丸団地町内会館（里塚3条1丁目）	12月11日(月)、1月8日(祝)、2月12日(休)、3月12日(月)	
	桂台町内会館（里塚3条2丁目）	12月27日(水)、1月24日(水)、2月28日(水)、3月28日(水)	
	里塚緑ヶ丘町内会館（里塚緑ヶ丘10丁目）	12月13日(水)、1月10日(水)、2月14日(水)、3月14日(水)	
	羊ヶ丘通町内会館（美しが丘3条5丁目）	12月14日(木)、1月11日(木)、2月8日(木)、3月8日(木)	
	コロナード美しが丘集会所（美しが丘3条5丁目）	12月15日(金)、1月19日(金)、2月16日(金)、3月16日(金)	
	市営住宅・美しが丘団地集会所（美しが丘4条6丁目）	12月26日(火)、1月23日(火)、2月27日(火)、3月27日(火)	
	ライブヒルズ町内会館（平岡公園東3丁目）	12月21日(木)、1月25日(木)、2月22日(木)、3月22日(木)	
	こもれび会館（平岡公園東10丁目）	12月18日(月)、1月15日(月)、2月19日(月)、3月19日(月)	
	真栄地区会館（真栄2条2丁目）	12月25日(月)、1月22日(月)、2月26日(月)、3月26日(月)	
真栄団地町内会館（真栄5条5丁目）	12月12日(火)、1月9日(火)、2月13日(火)、3月13日(火)		
介護予防センター 清田中央 ☎882-5939	清田中央総合会館（清田6条2丁目）	12月20日(水)、1月17日(水)、2月17日(土)、3月17日(土)	介護予防講話 介護予防体操
	清武館（清田7条2丁目）	12月17日(日)、1月21日(日)	
	清田高台町内会館（清田7条4丁目）	12月8日(金)	
	清田西町町内会館（清田8条2丁目）	2月2日(金)	
	清田南中央町内会館（清田8条3丁目）	12月21日(木)	
介護予防センター 北野・平岡 ☎885-1230	平岡しんたく自治会館（平岡2条3丁目）	12月15日(金)、1月19日(金)、2月16日(金)、3月16日(金)	12月：そば打ち 1月：新年会 2月：健康教室 3月：お楽しみ会  1月：たこ焼き交流会 3月：健康教室、転ばん体操  12月：年忘れ音楽会 1月：昔の遊び会 2月：たこ焼き作り 3月：子どもたちと遊ぼう！  12月：たこ焼き交流会 2月：健康教室  レクリエーション 手工芸 いももち作り 桜もち・うぐいすもち作り
	平岡地区会館（平岡7条3丁目）	12月19日(火)、1月16日(火)、2月20日(火)、3月20日(火)	
	平岡わかば会館（平岡8条1丁目）	12月8日(金)、1月12日(金)、2月9日(金)、3月9日(金)	
	八望台会館（北野3条4丁目）	1月18日(木)、3月15日(木)	
	北野まちづくりセンター（北野4条2丁目）	12月20日(水)、1月24日(水)、2月28日(水)、3月28日(水)	
	東北野会館（北野4条5丁目）	12月13日(水)、2月7日(水)	
	北野まきばサロン（北野6条1丁目）	12月22日(金)、2月26日(月)	
	ふれあいサロン（北野6条3丁目）(第二団地自治会)	3月14日(水)	
	北野6条集会所（北野6条4丁目）	12月7日(木)	
	北野会館（北野6条5丁目）	2月8日(木)	



### 里美ふれあいクラブからのお知らせ

講 座 名	日 時	定員
パソコン講座（入門） 「メールを打ってみよう！！」 文字入力に自信のない方を対象にメールの基本を学びます。	1月15日(月) 午前10時～正午	10人
「ふれあいティータイム」「トークdeランチ」はお休みです。		
会 場	里塚・美しが丘まちづくりセンター内 「里美ふれあいクラブ」スペース。	
申 込 方 法	12月20日(水)までに電話または直接窓口でお申し込みください（土・日曜日を除く午前8時45分～午後5時15分）。申し込み多数の場合は抽選を行い、当選者のみはがきで通知します。	
受 講 料	受講料500円。受講が決定した方は、12月27日(水)までに窓口で納めてください（日曜、祝日を除く午前8時45分～午後5時15分）。期限までに受講料の納入がない場合は、キャンセルになります。一度納入いただいた受講料はお返しできませんのでご了承ください。	
そ の 他	「里美ふれあいクラブ」では、里塚・美しが丘地区の情報誌「里美の風」に掲載する記事を募集していますので、ホットなニュースや身近な話題がありましたら、里塚・美しが丘まちづくりセンターにご連絡ください。	

### 里美地区三世代交流会

里塚・美しが丘地区福祉のまち推進センターでは、地域にお住まいの高齢者と親子や児童との交流を図るため、「里美地区三世代交流会」を開催します。

月 日	会 場	時間帯
12月11日(月)	日の丸団地町内会館（里塚3条1丁目）	午前10時～正午
12月13日(水)	里塚緑ヶ丘町内会館（里塚緑ヶ丘10丁目）	
12月14日(木)	羊ヶ丘通町内会館（美しが丘3条5丁目）	
12月15日(金)	コロナード美しが丘集会所（美しが丘3条5丁目）	
12月16日(土)	里塚会館（美しが丘1条8丁目）	
12月18日(月)	こもれび会館（平岡公園東10丁目）	
12月19日(火)	市営住宅・里塚集会所（里塚1条4丁目）	
12月21日(木)	ライブヒルズ町内会館（平岡公園東3丁目）	
12月26日(火)	市営住宅・美しが丘団地集会所（美しが丘4条6丁目）	
12月27日(水)	桂台町内会館（里塚3条2丁目）	
内 容	もちつき、クリスマスの飾り作りなど	
費 用	無料	
参加方法	直接会場へお越しください。	

申込先・詳細：里塚・美しが丘まちづくりセンター（里塚2条6丁目1-3 里塚ノースヴィレッジ2階）☎884-1210