



講座・教室

群馬県聴覚障害者のための
啓発講座

聴覚障害者(中途失聴者・難聴者)が、自らの障害を受容し、仲間との交流を進め、社会への参加が積極的に行えるように支援し、周囲の人と共に聴覚障害者の福祉の増進に資することを目的とした講座が開催されます。

日時・会場▼

11月15日(日)午後1時30分～3時30分
群馬県社会福祉総合センターB01会議室

内容▼

聞こえにくいことへの理解とスムーズなコミュニケーション方法を学ぶ
対象者▼



地域おこし協力隊
活動報告 Vol.29

皆さんこんにちは。地域おこし協力隊の南畝です。

まだまだ自粛生活が続いておりますが、いかがお過ごしでしょうか。

この夏は、秋間梅林で草刈り作業のお手伝いや活動拠点の整備をしました。来年もまた元通りの状態で開花祭が行えるよう秋間梅林の人たちも一生懸命頑張っています。遠出ができない今だからこそ市内の人に地域の良さを



コロナ禍で様々なことが難しい状況ですが、私自身が地域のために何ができるかもう一度考えてみたいと思います。

県内に居住する聞こえに不自由のある人やその家族・支援者・ボランティアをしてみたい人など関心のある人
申込み方法▼
・電話 FAX、メールにて申込みください
①住所(市町村名のみ)②氏名(フリガナ)③FAXまたは電話番号④聴覚障害の有無(無の場合は聴覚障害者との関係)
10月5日(月)～11月9日(月)必着
主催・問合せ▼
〒371-0843
前橋市新前橋町13-12 群馬県社会福祉総合センター 3階 群馬県聴覚障害者コミュニケーションプラザ
(☎027-255-6633)
(FAX027-255-6634)
(メール info@gunma-compur.jp)

「フレイル予防教室」

「フレイル」とは、高齢者の健康状態と要介護状態の間にある「虚弱状態」を指します。介護が必要となった原因の上位を占める「転倒」・「認知症」とフレイルは、関連が深いと言われています。

「フレイル」は、これからの介護予防に必要なキーワードです。体力測定や健康講話などを通じて、「フレイル」について一緒に楽しく学びましょう。当日は動きやすい服装でいらしてください。

※新型コロナウイルスなどの影響で、中止になる場合があります。
※感染症予防のため、会場出入りの際のマスク着用をお願いします。
※当日は自宅での体温測定を行い、発熱などの症状がある場合は参加をご遠慮ください。

日時▼

○11月4日(水)午後1時30分～3時
○11月18日(水)午後1時30分～3時
○11月25日(水)午後1時30分～3時

場所▼1日目：松井田文化会館小ホール

2日目以降：☒2階大会議室

対象者▼市内在住の概ね65歳以上の人で、3日間参加できる人優先

※運転ができない人は送迎をご利用いただけます。申込みの際にお伝えください。

参加費▼無料

持ち物▼飲み物、タオル、筆記用具
定員▼15人(先着順)

申込期間▼10月9日(金)午前9時～
※定員になり次第終了

申込み・問合せ▼

☒介護高齢課地域包括支援センター
(☎内線1189・1195)

「のびのび元気塾」

年齢を重ねても自分らしく、自立した生活ができるだけ長くするためには、失われていく筋肉や関節の可動域を少しでも維持することが重要になります。

「ヨガ・ストレッチ」で、心と身体のリフレッシュと癒しを体感してください。

日時▼

10月13日(火)午前10時～11時
11月10日(火)午前10時～11時

参加費▼無料

会場▼☒アリーナ

対象者▼50歳以上の2日間参加できる市民の人

内容▼ヨガ・ストレッチ・食事ミニ講話

講師▼スポーツインストラクター

片岡瑠明先生

定員▼10人(先着順)

持ち物▼ヨガマットまたはバスタオル、上履き、タオル、飲み物

申込み期間・問合せ▼

※10月1日(木)～12日(月)健康づくり課保健指導係(☎内線1174)に電話でお申し込みください。