

いきいき元気教室参加者募集中 (初回体験無料)

65歳の健康づくり始めてみませんか。

- 日時＝①第1・3金曜 10時～11時
②第2・4木曜 10時～11時
③第1・3月曜 13時30分～14時30分
④第2・4月曜 13時30分～14時30分
⑤第2・4水曜 10時～11時

- 場所＝①里山の駅「風とんぼ」
②南井町スポーツ会館(ミニ体育館の和室)
③昭和地区公民館
④青葉台コミュニティセンター
⑤旧JAならけん筒井出張所

定員＝①～⑤とも若干名(申し込み先着順)

対象＝おおむね65歳以上の市民で、医師から運動制限を受けていない人

申込・問合せ＝

- ①地域包括支援センター(☎55-7733)
②第二地域包括支援センター(☎55-7011)
③～⑤第三地域包括支援センター(☎57-2233)

大和郡山市認知症サポーター 養成講座(受講無料・要申込)

認知症の症状と対応、予防についての基礎知識など認知症を理解し、認知症の人や家族を見守る認知症サポーターになりませんか？ 講座終了後、もの忘れ相談プログラム(タッチパネルパソコン)を使用してもの忘れ相談を行います(希望者のみ・要申し込み)。

日時＝8月31日(木)10時～11時30分

場所＝市役所307会議室 定員＝10人

申込・問合せ＝地域包括支援センター(☎55-7733・
☎55-6831)

もの忘れ相談会 (相談無料・要申込み)

最近、物のなごし忘れや置き忘れが増えたと感じたり、誰かに言われて心配になったことはありませんか。もの忘れ相談プログラム(タッチパネルパソコン)を使った認知症のセルフチェック型テストができます。チェック後に地域包括支援センター職員がもの忘れや認知症についての相談をお受けします。

日時＝8月22日(火) 13時～16時

場所＝昭和地区公民館 研修室

定員＝4人(1人30分程度)

申込・問合せ＝第三地域包括支援センター(☎57-
2233・☎57-1153)

第47回 やまとの夏まつり

郡山の夏の風物詩「やまとの夏まつり」が開催されます。市民のみなさんへの感謝の祭りにぜひお越しください。



日時＝8月5日(土)10時～18時(模擬店は17時30分終了。雨天中止の時は6日(日)に順延。)

場所＝郡山北小学校グラウンド

内容＝ステージイベント・模擬店・ちびっこ広場・「やまと獅子太鼓」の演奏、フィナーレとして市内複数個所よりサプライズ花火(20時より約30分間)

※会場には駐車場がありませんので、車での来場はご遠慮ください。

※花火は広範囲から見えますので、密にならずご自宅周辺からお楽しみください。

問合せ＝大和郡山市商工会(☎53-5955)・地域振興課(内線564)

※Facebookで「まつり情報」発信中！(大和郡山市商工会青年部で検索)。

第72回市民体育大会水泳の部

日時＝9月24日(日)9時開場、各自ウォーミングアップ、10時～開始式(開始式終了後直ちに競技)

場所＝まほろば健康パーク スイムピア奈良(室内25m×6レーン使用)

出場資格＝市内在住・在勤・在学で、小学4年生以上の、定期的に練習を行っている人

年齢区分＝小学4年生～高校3年生まで学年別、18歳(高校卒業)以上～24歳、25歳以上5歳刻み(当日年齢)

競技順序＝①100m個人メドレー、②100m自由形、③100m平泳ぎ、④100mバタフライ、⑤100m背泳ぎ、⑥25m自由形、⑦25m平泳ぎ、⑧25mバタフライ、⑨25m背泳ぎ、⑩200m個人メドレー、⑪50m自由形、⑫50m平泳ぎ、⑬50mバタフライ、⑭50m背泳ぎ

※手動計測。

表彰＝各種目とも3位まで表彰(男女別)

申込＝9月5日(火)必着で、申込書に必要事項を記入し、直接もしくは郵送でスポーツ推進課(〒639-1198 北郡山町248-4)へ(1人2種目以内)

※申込用紙はスポーツ推進課窓口または市水泳協会ホームページ(<https://yamatokoriyamasuikyo.jimdofree.com/>)からダウンロードできます。

問合せ＝市水泳協会 太田(☎090-3039-4273)



8月31日は野菜の日。8月20日～9月10日は野菜週間です。いつもの食事に野菜をプラスしよう！(保健センター)

