

いきいき元気教室 参加者募集!

65歳からの健康体力づくり始めてみませんか!
スポーツジム通いはハードルが高いけれど、
高齢者向けの運動なんて物足りない…と思って
いる人、ぜひ参加してみてください!
(初回体験は無料)

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
参加費 = 3,000円～(半年10回分)
※会場により参加費が異なりますのでお問い合わせください。
申込 = 先着順受付



実施場所	募集	曜日	時間	問合せ・申込み
JAならけん郡山経済センター (旧:JAならけん矢田支店)	若干名	第1・3金曜日	10:30～11:30	地域包括支援センター ☎55-7733
小泉東和苑第一集会所	若干名	第1・3月曜日	10:00～11:00	第二地域包括支援センター ☎55-7011
昭和地区公民館	若干名	第1・3月曜日	13:30～14:30	第三地域包括支援センター ☎57-2233
青葉台コミュニティセンター	若干名	第2・4月曜日	13:30～14:30	
JAならけん筒井出張所	若干名	第2・4水曜日	10:00～11:00	第四地域包括支援センター ☎51-0700
平和地区公民館	若干名	第2・4月曜日	13:30～14:30	

郡山城にぎわいづくり事業 「金婚式」参加者募集

結婚50年目を迎える記念の年を郡山城天
守台展望施設で感謝状贈呈等を行い、お祝い
します。

日時 = 4月18日(日) 10時～

場所 = 郡山城天守台展望施設

※雨天時は三の丸会館 小ホールで開催。

募集定数 = 15組

※応募多数の場合は選考とする場合があります。

対象 = 市内在住・在勤、あるいは大和郡山に縁
のある人で、令和3年中に金婚式を迎える(昭
和46年に婚姻届を提出された)夫婦

申込 = 市ホームページまたは担当窓口の参加
申込用紙に必要事項を記載して、3月26日
(金)17時までに、都市計画課(407番窓口)へ
※郵送可。期限必着。

※新型コロナウイルス感染拡大状況により、
中止、延期または内容の変更となる場合が
ありますので予めご了承ください。

問合せ = 都市計画課(内線633)

認知症予防教室

～音楽で楽しく!こころとからだの健康づくり～

懐かしい唄、イマドキの唄を歌っ
てこころウキウキ! 軽快な音楽を
聞きながら手足や体を楽しく刺激!
心地よい音楽にノリながら愉快地に楽
器体験!

音楽療法で脳を呼び覚まし、いき
いきと脳活しましょう!

対象 = おおむね65歳以上の市民

参加費 = 1回500円(会場によっては半期ずつ前納にな
ります)

※日程等、変更する場合がありますので、体験される時
は必ず下記までご連絡ください。



教室名	場 所	日 時	問合せ・申込先
ミュージック 桐の華	片桐地区公 民館	第2金曜日 13:30～ 14:30	第二地域包括支援 センター ☎55-7011
ミュージック とまと	治道地区公 民館	第3木曜日 10:00～ 11:00	第三地域包括支援 センター ☎57-2233
ミュージック 平和	平和地区公 民館	第2月曜日 10:00～ 11:00	第四地域包括支援 センター ☎51-0700

令和3年4月 奈良県医師会の学術部会が行う健康相談(要予約)

相談日の種類	日 時	主催する部会
目の健康相談	4月13日(火) 14時～15時	奈良県眼科医会
整形外科に関する健康相談	4月22日(木) 14時～15時 ※4月21日(水)受付締切。	奈良県医師会整形外科部会
精神科に関する健康相談	4月 9日(金) 10時～11時	奈良県医師会精神々経科部会
内科疾患に関する健康相談	4月26日(月) 14時～15時	奈良県医師会内科部会

場所 = 奈良県医師会館 1階 県民健康サービス室(橿原市内膳町)

問合せ = 奈良県医師会 各部会(☎0744-22-8502)

※新型コロナウイルス感染症の影響により中止になる場合がございますので、必ず事前にお問い合わせください。