



## 楽しく学ぶ！認知症 予防講座 <地域包括連携事業>

安心したセカンドライフをおくるために、認知症対策について、体操など、頭や身体を使いながら学びます。

【日 時】 5月16日（木）・17日（金）の連続2回講座  
いずれも、午後1時30分から午後3時まで

【場 所】 中居公民館 2階 講義室  
【対 象】 高崎市在住の成人  
【定 員】 20人程度（先着順）  
【費 用】 無料  
【講 師】 明治安田から派遣される講師

【申し込み】 5月2日（木） 午前9時から、中居公民館窓口にて受付。  
（電話での受付は、午前10時から。午後5時以降、また土日を除く。）

女性限定

## 令和6年度 中居女性セミナー

今年度も、中居地区婦人会と共催で、女性セミナーを開催します。  
内容は、下表のとおりです。

	月 日	講座名	講師（予定）
1	6月6日	顔ヨガで気分もリフレッシュ！	永塚先生
2	7月4日	歌と笑いと、健康と	小澤先生
3	8月1日	フラワーアレンジメント	横山先生
4	9月5日	グラウンドゴルフ	【調整中】
5	10月3日	楽しく作って美味しく食べよう	柴山先生
6	11月9日	館外研修 【調整中】	
7	11月14日	グラウンドゴルフ	【調整中】
8	12月	<タイトル未定>人権教育推進講座	【調整中】



# 「読み聞かせ」が始まりました！

図書ボランティアによる読み聞かせが、4月17日（水）に4年ぶりに開催されました。〈毎月第3水曜日に開催する予定です。（8月を除く。）〉

5月は、15日（水）の午後2時15分から開催する予定です。



時間は30分程度。事前の申し込みは不要です。当日お越しください。

## 中居女性セミナー 「顔ヨガで気分もリフレッシュ！」

コロナ禍も収まってきて、マスクいらずの生活が始まっています。表情筋を鍛えて、もっとやわらかい表情を目指しませんか。

【日時】6月6日（木） 午後1時30分から午後3時まで

【場所】中居公民館 2階 講義室 【費用】無料

【講師】永塚 真由美 先生

【参加方法】婦人会会員の方は、当日お越しください。

※会員でない女性の方で、受講を希望される方は、事前に申し込みが必要です。公民館に直接、またはお電話でご連絡ください。

電話番号：**027-352-9154**

〈平日の午前9時から正午、午後1時から5時まで〉



### 廃食油回収について



5月は、1日（水）に実施。

食用油

6月の廃食油回収は、6日（水）の予定です。

### 公民館の休館日

5月 3日（祝・金） 憲法記念日、

5月 5日（祝・日） こどもの日、

5月 4日（祝・土） みどりの日、

5月 6日（月） 振替休日