

# シニアかわらばん

このコーナーではシニア世代の皆さんにお伝えしたい  
市政情報や講座案内などをまとめてご紹介します。

やるっぴ!

## まちかど運動教室 参加者募集!!

理学療法士、健康運動指導士等の体操教室で、いつまでも自立して、元気に過ごせる健康なカラダづくりを目指します。ぜひご参加ください。

※新型コロナウイルス感染症予防のため、マスクの着用と検温にご協力ください。

- 対** 市内在住の65歳以上の人
- 持** タオル、飲み物、運動ができる服装、運動靴、マスク
- ¥** 無料
- 申** 不要(福祉の里八ツ田は申込みが必要です。)



### ①市内在住者向け

所	時	定	備考
プラザ昭和	毎週火曜日 午後1時30分～2時30分	15人	※当日先着順
福祉の里八ツ田(要申込み)	毎週木曜日 ①午前10時30分～10時55分 ②午前11時～11時25分	各10人	<b>申</b> 長寿介護課 地域支援係 (☎95-0191)
老人福祉センター	毎週金曜日 ①午後1時30分～1時55分 ②午後2時～2時25分	各12人	※当日先着順

※アサヒ乃湯会場は、現在休止中です。再開までお待ちください。

### ②各地区在住者向け

各地域の人を対象に公民館等で実施しています。詳細はホームページでご確認ください。

#### 【実施地区】

八橋地区、牛田地区、上重原地区、山町地区、弘法地区、来迎寺地区、中山地区、長篠地区、新林地区

※谷田地区は現在休止中です。再開までお待ちください。

**問** 長寿介護課 地域支援係(☎95-0191 FAX 83-1141)

## 12月し尿収集予定表

【ご注意】下記日程で行います。留守の場合はし尿汲取り券に必ずご署名のうえビニール袋などに入れ、汲み取り口においてください。

日	曜日	記号	コース	記号	コース
1	火	い	金山	A	山屋敷町
2	水	ろ	栄・新富・新地町・本町	A	山屋敷町
3	木	は・に	中山町・堀切	B	丸山
4	金	ほ	池端	C	弘法山
5	土				
6	日				
7	月	へ	上重原町		
8	火	へ	上重原町	C	弘法山
9	水	へ・と	上重原町・西中町	D	東長篠
10	木	ち	谷田町	E	新池
11	金	ち・り	谷田町・新林町	E・G	新池・新田東
12	土	ぬ	平草	H	新田
13	日				
14	月			I・J	東広見・西広見
15	火	る	八ツ田町	K	弘法町
16	水	お	内幸町	L	山田谷

日	曜日	記号	コース	記号	コース
17	木	わ・か	西町・本町・中町	M	八橋町
18	金	よ	西町	M	八橋町
19	土				
20	日				
21	月			O	来迎寺町
22	火	た	旧国道沿	P	牛田町
23	水	れ	桜木町	P	牛田町
24	木	そ	劇場通	P	牛田町
25	金	つ	内幸町		
26	土	ね	宝町	Q	長田
27	日				
28	月	なら	西丘町・道瀬山	R	弘栄
29	火				
30	水				
31	木				

**問** 環境課 ごみ減量係(☎95-0126)

