



# シニア倶楽部

時9月17日、10月1日・15日・29日、11月12日・26日、  
12月10日の各金曜日午前11時50分～午後0時40分

## ほのぼのプラザますおの催し

※費用は②は300円(資料代)、その他は無料。②は筆記用具の持参を、③は動きやすい服装・靴で

催し	とき	対象	内容	申し込み
①音読を楽しみましょう	10月6日(水)午前10時30分～11時30分※原則毎月第1水曜日に開催	市内在住で70歳以上のかた、先着15人	早口言葉や短い文章を声に出して読みます。参加者同士の会話も楽しめます	当日、会場へ直接
②詩吟を楽しく	10月7日～11月25日の毎週木曜日午後1時30分～3時30分(10月21日を除く。計7回)	市内在住で60歳以上の詩吟初心者、20人	漢詩・短歌・俳句を読み歌うことで、心豊かな時間を過ごします	往復はがきに希望催し名を明記し、住所・氏名・年齢・電話番号・応募の動機・参加希望日(③だけ。第1・第2希望まで)と返信面のあて先を書いて、〒277-0051加賀3丁目16-8 ほのぼのプラザますおへ、②は9月24日(金)、③は9月28日(火)までに郵送で(必着)※応募は1講座につき1人1通。②は応募者多数の場合は抽選、③は第1希望の人数が多い場合は第2希望になります
③ほのぼのプラザますお体力テスト	▶10月20日(水)・26日(火)・29日(金)・30日(土)午後2時～4時▶10月28日(木)午前10時～正午	市内在住で60歳以上のかた、各日30人	握力・柔軟性・バランスなど、日常生活に必要な体力を測定します	

〒ほのぼのプラザますお ☎7170-5570

## 福祉・家事援助サービスの会員を募集

福祉・家事援助の仕事をしたいかたを募集します。次のとおり説明会を行いますので、関心があるかたは参加してください。

時10月12日(火)午後1時30分～3時  
 所 柏市シルバー人材センター  
 関 市内在住で60歳以上のかた  
 年会費 / 2,400円(会員として登録するかただけ)  
 時9月16日(木)午前9時から、同センターへ電話で  
 所 柏市シルバー人材センター ☎7166-6681

## 老いたくあんしん相談の利用を

市では、安心して老後を過ごせるよう、老いたくあんしんねっとと協働で、弁護士・司法書士などによる相談を行っています。詳しい内容は、本紙1日号最終面の市民相談をご覧ください。



時 老いたくあんしんねっと ☎7169-4165  
 所 高齢者支援課 ☎7167-1135