

～あなたの体力、今どれくらい？楽しく学ぶ健康講座～ **フレイル予防講座&体力測定のカ開催**

◎「最近ちょっと体力が落ちてきたかも...」という方へ！保健師さんと一緒に、フレイル(心や体の元気が年齢とともに少しずつ減っていくこと)について学びましょう！簡単な体力測定もありますので、ご自身の健康チェックにもピッタリです！お気軽にご参加ください！

日 時 12月10日(水)午前10時30分～午前11時30分まで

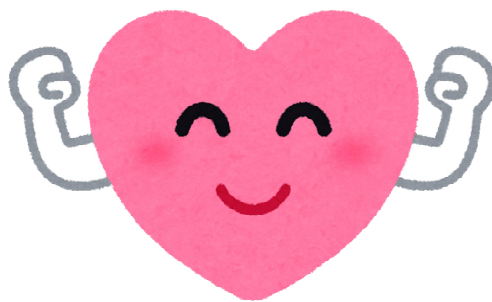
会 場 地域づくりセンター平井

参加料 無 料！

定 員 先着20名

申込期間 11月28日(金)まで

申込方法 地域づくりセンター平井へご連絡ください(TEL:22-1240)



～なぜ人はミスをするのか？脳の不思議をひもとく～ **教養講座『うっかりミスはなぜ起きる？』**

◎日常生活や仕事の中で誰もが経験する『うっかりミス』の仕組みを理解し、その背景にある心理学的・脳科学的な要因を学ぶ講座を開催します！

講 師 群馬県立県民健康科学大学 五十嵐 博 教授

日 時 1月16日(金)午前10時30分～正午まで

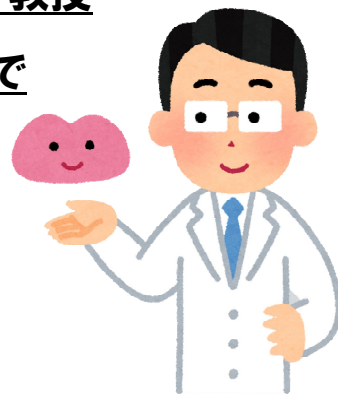
会 場 地域づくりセンター平井

参加料 無 料！

定 員 先着30名

申込期間 12月15日(月)まで

申込方法 地域づくりセンター平井へご連絡ください(TEL:22-1240)



～はじめてでも大丈夫！季節の彩りを一緒に作りましょう～ 季節の寄せ植え講習会の開催

◎季節の草花を使った寄せ植えを楽しむ講習会です！

お花好きの方も、初心者の方も大歓迎ですのでお気軽にご参加ください！

講 師 藤岡北高校 峯川 教諭

日 時 12月13日(土)午前10時30分～午前11時30分まで

会 場 地域づくりセンター平井駐車場

参 加 料 1,500円(講習会当日に徴収します)

定 員 先着30名

申込期間 11月28日(金)まで

申込方法 地域づくりセンター平井へご連絡ください(TEL:22-1240)



～地域づくりセンター平井・日野共催 行政講座～ 『工場見学と博物館で学ぶ日本の貨幣製造』



◎造幣さいたま博物館にて身近なお金から勲章やオリンピックのメダルまで展示や映像で学ぶとともに、併設の工場にて貨幣の製造工程を見学しましょう！

日 時 11月28日(金)午前6時15分～午後5時25分頃

行 先 造幣局さいたま支局(工場)、造幣さいたま博物館、大宮総合食品地方卸売市場(市場内での買い物はできませんが、敷地内の店舗・食堂は利用可能)

注 意 点 昼食は大宮総合食品地方卸売市場の食堂にて各自となります

参 加 料 無 料！

定 員 各地区10名(先着)

申込期間 11月12日(水)～14日(金)午前8時30分～午後5時15分まで

※おひとりにつき、2名まで申込可能です！

また、申込はお住いの地区の地域づくりセンターへご連絡ください！
平井(TEL:22-1240)、日野(TEL:28-0220)

※その他各地域づくりセンターからの出発時刻は下記のとおり

地域づくりセンター平井:午前6時30分発(予定)

地域づくりセンター日野:午前6時15分発(予定)

地域の課題・困りごとは、地域づくりセンター平井までお気軽にご相談ください。

➤直接のご相談 月曜日から土曜日の午前8時30分から午後5時まで ※不在の場合もございます。

➤電話・FAX での相談 TEL: 0274-22-1240 FAX: 0274-22-7948 ※受付時間は上記を参照ください。