

桑名の憩い

通いの場

紹介

小山ふれあいサロン〈多度地区〉

このサロンは、二十年前からスタートし、多度地区で最も歴史のあるサロンです。毎回20人ほどが参加し、血圧測定や脳トレ、体操など、さまざまなことを実施しています。また、ボランティアが作ったおいしい昼食を、おしゃべりしながらみんなで食べるのは、とても楽しいと好評です。みんなで食べる「共食」は、うつ病に効果があるという研究結果もあり、楽しみながら健康づくりにつながっているようです。スタッフは、「今後もっと新しい人が増えるといいですね」と話しています。



【活動日時】2回/月 火曜日
午前9時30分～午後2時30分
【活動場所】小山集会所(小山1357-1)
【活動内容】血圧測定、脳トレ、体操、食事など
【対象】地区に在住のおおむね65歳以上の人
【参加費】無料(お茶代など実費負担あり)
【お問い合わせ先】
社会福祉協議会多度支所(☎49-2029)

笑和の会〈野田地区〉

この会は、平成30年7月からスタートした新しい通いの場です。ほとんどの人が徒歩で来所し、老人クラブのない野田地区の高齢者が集う場の一つになりました。散歩のついでに、ちょっとリラックスしに、お友達とおしゃべりに、ご近所さん同士みんなで笑って和んで楽しい時間を過ごせるようにと、会の名称を「笑和の会」としました。スタッフは、「今後さらにたくさんの人に知ってもらい、また来たいと言ってもらえるような場所にしたいですね」と話しています。



【活動日時】第3木曜日(原則)
午後1時30分～3時
【活動場所】野田二丁目7番集会所(野田2-7-93)
【活動内容】ラジオ体操、催し、コーラスなど
【対象】地区に在住のおおむね60歳以上の人
【参加費】200円/1回
【お問い合わせ先】
社会福祉協議会多度支所(☎49-2029)

通いの場とは…
「介護予防」に閉じこもり予防、「健康づくり」のため、集会所などの場所、地域の住民が運営する「地域住民の集う場」をいいます。

オレンジカフェ(認知症カフェ)を開催します

認知症の人や、その家族、専門職や地域の人など、どなたでも気軽にご参加ください。

とき		ところ
4月10日(金)	午前10時～11時30分	七和まちづくり拠点施設
4月14日(火)	午後2時～3時30分	シャトークワナ(内堀124)
4月25日(土)	午後2時～3時30分	五大茶屋(南寺町45)

問 介護予防支援室(☎24-5104 FAX 27-3273)

認知症の人と家族の会 桑名地区つどい

認知症の人の介護について、悩み相談や情報交換を家族同士で行います。介護の悩みを少しでも軽くしていただけるよう介護者のつどいを開催しています。家族を中心に、認知症に関心のある人はどなたでもご参加できます。

【とき】原則偶数月の第2木曜日(4月は9日) 午前10時30分～午後0時30分

【場所】総合福祉会館 【料金】200円 ▷「家族の会」会員は100円 【申込】不要

▷認知症のご本人を同伴される場合は事前に公益社団法人 認知症の人と家族の会 三重県支部(☎059-370-4620)へご連絡ください。

問 介護予防支援室(☎24-5104 FAX 27-3273)

図書館案内

● 本のリサイクルプレゼント「Book-Re(ぶっくる)」

図書館の保存期間を過ぎた雑誌などを無償で提供します。

とき 4月11日(土)・12日(日) **場所** 長島輪中図書館 ▷無くなり次第終了。持ち帰り用の袋などは各自ご用意ください。

問 長島輪中図書館 (☎ 41-1040 FAX 41-1044)

● 郷土学習連続講座「入門くわなⅡ ～やさしく解説桑名城と城下町～」

初めて桑名の歴史を学ぶ人、改めて学び直したい人を対象に、歴史専門官が桑名城を中心に桑名の歴史をやさしく解説します。

とき 5月9日、6月13日、7月11日、9月12日、10月10日、11月14日、12月12日、令和3年1月9日、2月13日、3月13日 全10回 いずれも土曜日で午後1時30分～3時

場所 中央図書館 **定員** 20人(申込多数の場合は抽選) **対象** 高校生以上 **料金** 3,000円

申込 往復はがき(1人1枚)の往信裏面に申込者「住所」「名前(ふりがな)」「年齢」「電話番号」、返信表面に「住所」「名前」を記入し、中央図書館(〒511-0068 中央町3-79)へ。 **締切** 4月21日(火)必着

問 中央図書館 (☎ 22-0562 FAX 22-0795)

施設案内

六華苑

☎24-4466 FAX24-4627

◎「響け心に!!」第5回ギターコンサートin六華苑

とき 4月12日(日) 午後3時

料金 入苑料460円のみ

【開苑】 午前9時～午後5時(入苑は午後4時まで) **【入苑料】** 460円

【休苑: 月曜日定休】6日・13日・20日・27日、5月7日(休)

ヤマモリ体育館 ☎22-6741 FAX22-6770

◎バドミントン一般利用できます

とき 4月4日(土)・11日(土) いずれも午後5時～9時

料金 一般・高校生150円、中学生以下70円

▷市外の人は倍額

▷当日午後4時から受け付け(午後3時から整理券を配布)、1回2時間、コートの予約は1人1コートまで。

【開館】 午前9時～午後9時

【休館: 毎月第1・3火曜日定休】7日・21日、5月7日(休)

海洋センター ☎42-1002 FAX42-1005

◎一般開放

体育館 日曜日 午前9時～正午、午後1時～5時

火曜日 午後1時～5時

水・土曜日 午後6時～10時

4月29日(祝) 午前9時～正午、午後1時～5時

5月3日(祝)・5日(祝)・6日(振休) 午前9時～正午、午後1時～5時

【休館: 月曜日定休】6日・13日・20日・27日、5月4日(祝)

博物館

☎21-3171 FAX21-3173

◎春季企画展「刀剣幻想曲」

刀剣・刀装具を中心とした展覧会です。

とき 5月10日(日)まで

▷4月4日(土)・22日(水)、5月5日(祝)

いずれも午後1時30分から展示解説があります。

料金 高校生以上150円、中学生以下無料



《短刀 銘 村正》個人蔵

【開館】 午前9時30分～午後5時(入館は午後4時30分まで)

【休館: 月曜日】6日・13日・20日・27日

長島ふれあい学習館 ☎41-1041 FAX41-1011

◎プラネタリウム上映

とき 平日: **【団体】** 要予約

土日祝: 午前10時・11時、午後2時・3時

▷平日のご利用は、10人以上の団体が対象で、利用日の7日前までに予約が必要です。

◎会議などで利用できる部屋を有料で貸し出しています。また、無料で休憩できる地域ふれあい交流施設として「水郷テラス」を併設しています。ぜひ、ご利用ください。

【開館】 午前9時～午後5時

【休館: 月曜日定休】6日・13日・20日・27日、5月3日(祝)～5日(祝)