



せきし

回覧

市委託  
東第3号  
区号

積志協働センターだより

令和3年2月5日号

発行 積志協働センター

電話 433-3715

『積志協働センターだより』は市ホームページでもご覧いただけます。

市HP

積志協働センターだより

検索

【アクティブ・シニア講座】

受講生募集

# のう 脳リフレッシュ教室

のう  
脳の活性化

のう  
脳内スッキリ!

『昨日の夜ごはん、何食べましたか？』  
「あれ？なんだっけ？思い出せない・・・」  
知らず知らずのうちに認知症に・・・。

そうならない為に、認知症予防!!

認知症予防には、脳の活性化が有効です。

みんなで笑って楽しみながらできるゲームで、脳をじわじわ活性化させる

脳リフレッシュ教室に参加してみませんか。

最近「忘れっぽい」など感じている方必見です。



※この講座は昨年4月5日号の積志協働センターだよりで募集を行い、5月20日・6月3日に開催を予定していましたが、新型コロナウイルス感染拡大防止及び受講生の安全確保から延期し、人数を減らすなど感染予防対策を行い実施します。

回	開催日	学習内容
1	3月8日(月)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・「認知症」を知ろう               <ul style="list-style-type: none"> <li>① 認知症とは ② 日常生活の中で予防するには</li> </ul> </li> <li>・脳トレ ① 指体操 ② チャレンジクイズ ③ 脳活性化ゲーム(チーム対抗)</li> </ul>
2	3月15日(月)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・前回の振り返り</li> <li>・脳トレカードゲーム〔50音カード〕(グループ対抗)</li> <li>・手ねぐい体操</li> <li>・脳活性化ゲーム(チーム対抗)</li> </ul>

【日時】 3月8日(月)・3月15日(月) (全2回)  
いずれも午前9時30分～11時30分

【会場】 積志協働センター 3階 302講座室

【費用】 無料

【対象】 おおむね50歳以上の男女

【定員】 15人

【講師】 NPO法人 認知症予防研究室  
松尾 剛 先生、河合 千秋 先生

【持ち物】 筆記用具、水分補給用飲み物  
※マスクの着用をお願いします

楽しいゲームやクイズで、脳をリフレッシュしましょう!



## 【講座の申し込み方法】

講座の申し込み受付は、2月22日(月)午前9時30分から積志協働センター窓口にて受付を開始します。午前9時40分の時点で定員を超えていた場合は抽選とさせていただきます。定員に達しない場合は、電話(☎433-3715)で午前11時00分から受け付けをします。定員になり次第締め切ります。

問い合わせ及び申込み先：積志協働センター ☎433-3715

日曜日・祝日・休日を除く月～土曜日9：00～17：00

裏面もご覧ください



# 成人式へのご支援・ご協力ありがとうございました。

1月10日（日）積志協働センター体育館において積志地区成人式が開催されました。

当日は、総勢277名の新成人にご参加いただき、十分な感染防止対策をとったうえで、厳粛かつ華やかに、滞りなく式典が執り行われました

御成人になられた皆様の晴れの門出をお祝い申し上げますとともに、式の開催にあたり、積志地区自治会連合会をはじめ、地域の皆様のご多大なご支援とご協力に厚くお礼申し上げます。



新成人参加者 277名



新成人誓いの言葉

## 協働センターに日頃寄せられるご質問の一部にお答えします

<p>Q:「広報はままつ」はどこで手にはいりますか？</p>	<p>A: 毎月1回（5日）に発行、自治会を通じて各世帯に配布しています。 また、各区役所及び各協働センターにて配架もしています。 自治会で不足している場合は、下記担当課へご連絡ください。 担当課：東区・区振興課 ☎ 053-424-0115</p>
<p>Q: 使用済小型家電の回収するボックスに入る家電の大きさは？</p>	<p>A: 「縦15cm未満×横60cm×奥行30cm未満」です。 ※ボックスに入るものでも、入れてはいけない家電もありますので、 ご注意ください。 担当課：ごみ減量推進課 ☎053-453-6192</p>
<p>Q: 協働センターに、雑紙回収カートがあると聞いたのですが？</p>	<p>A: 雑紙回収カート（青い色）が令和2年の6月から、設置されました。 新聞・雑誌・段ボール・紙パック以外の雑紙を回収しています。 白い紙ひもで十字に縛るか、紙袋に入れて、散らばらないよう袋ごと紙ひもで縛って、カートに入れて下さい。 担当課：ごみ減量推進課 ☎053-453-6192</p>
<p>Q: コピーサービスはしていますか？</p>	<p>A: 当協働センター施設をご利用いただいている団体の活動用資料か、自治会などの資料は有料でコピーいたしますが、それ以外のコピーはお断りしています。</p>
<p>Q: 協働センターは土日も開館していますか？</p>	<p>【生涯学習】お部屋の貸出や講座の運営等 月曜～土曜日 8:30～17:15 夜間・日曜・祝日は、お部屋の貸出のみで職員不在（管理人のみ） 【証明発行、届出】住民票をはじめとする各種証明書の発行、届出 月曜～金曜日 8:30～17:15 夜間・土曜・日曜・祝日は閉館</p>

