

音楽倶楽部（旧：音楽サロン）を開催します

問 申 福祉課 プラチナ社会政策室 高齢福祉係 ☎ 85-7056

介護予防事業の一環として音楽倶楽部を開催します。音楽倶楽部は、歌に合わせて手や指などを動かすことで脳の活性化が図られ認知症予防につながります。また、音やリズムに合わせて体を動かしたり呼吸を整えたりすることで心肺機能の向上・腹筋の強化、口腔機能・えん下機能向上等の介護予防の効果があり、初心者でも楽しめる内容です。※この講座は健康ポイント事業の対象です。

- ▽日時 8月23日・30日・9月6日・13日・20日・27日・10月4日・11日（全8回）
午後1時30分～3時（毎週金曜日）
- ▽場所 多世代交流センター憩の家
- ▽募集人数 20人（応募多数の場合、前年度に参加されていない方を優先させていただきます）
- ▽対象者 町内在住の65歳以上の方
- ▽受講料 無料
- ▽内容 呼吸法・口腔体操、身体活動、歌唱指導、器楽を使った活動、生演奏の鑑賞 等
- ▽受付期間 8月1日（木）～8月20日（火）

生ごみダイエットを始めてみませんか？ ダンボールコンポスト講習会を開催します！

問 まちづくり課 環境対策室 生活環境係 ☎ 92-7941

ダンボールコンポストを利用して、家庭用生ごみでの堆肥作りを体験してみませんか？

可燃ごみには水分が約50%含まれています。この大半が生ごみによる水分です。ダンボールコンポストは電気代もかからず手軽に始められ、環境負荷もありません。また、庭のないアパートのベランダでも利用可能です。

講習会では、ダンボールコンポストの作成と管理の仕方を体験していただき、作成したダンボールコンポストは、お持ち帰りいただきます。

- | | |
|------------------------------------|------------------------------|
| ▽日時
令和6年8月25日（日） 午前9時30分から2時間程度 | ▽申込期間
8月1日（木）から8月16日（金）まで |
| ▽場所
基山町民会館 2階会議室A | ▽参加費
材料代 1,000円 |
| ▽募集人数
15組（先着順・大人1人での参加も可能です） | |



鳥栖市内
三養基郡

売買物件・賃貸物件募集中

7月27日・8月24日

おひとり様
ご家族様

大歓迎
限定8名

無料

お申込み



LINE



宅建士
相続診断士
太田 省三

サンメッセ鳥栖で開催!!
認知症になる前に

相続の資産凍結対策セミナー開催!!

LIXIL不動産ショップ
株式会社アーバンエステート

☎ 0942-81-5155

〒841-0033 佐賀県鳥栖市本通町1丁目857-10

【営業時間】:10:00～18:00
【定休日】:毎週水曜・日祝日
✉ urban.tosu@gmail.com

有料広告