

筋力アップ教室（3クール目）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 ☎ 92-7184

介護予防事業の一環として、筋力アップ教室を開催します。継続的に運動をすることでいくつになっても筋力はつくといわれています。運動の必要性を感じていてもなかなか生活の中に取り入れることができない方へお勧めです。年末年始の食べすぎや運動不足でお腹周りが気になる方はぜひご参加ください。

※この講座は健康ポイント事業の対象です。

- ▽日時 3クール目
1月24日・31日、2月7日・14日・21日・28日、3月7日・14日
毎週金曜日の午後1時30分～3時30分（2時間程度）
- ▽場所 福祉交流館 大会議室
- ▽募集人数 20人（応募多数の場合、昨年参加されていない方が優先）
- ▽対象者 町内在住の65歳以上の方 ※申込時に昨年度の参加の有無をお聞かせください。
- ▽受講料 無料
- ▽教室内容 講義（生活習慣病予防等）・運動実技等
- ▽申込期限 1月17日（金）

認知症サポーターになろう！

問申 福祉課 プラチナ社会政策室 高齢福祉係 ☎ 85-7056 ☎ 92-7184

認知症に対する正しい知識と理解を持ち、地域で認知症の人やその家族に対してできる範囲で手助けする「認知症サポーター」。友人や家族に知識を伝えたり、身近な商店や交通機関などで手助けをしたりするなど活動内容はさまざまです。高齢者の安心・安全を支える人の輪を広げ、認知症になってもご本人やそのご家族が住みなれた地域で安心して生活できるようにあなたも認知症サポーターになって一緒に活動してみませんか？

- ▽日時 1月30日（木）午後1時30分～3時
- ▽参加費 無料
- ▽場所 町民会館 1階会議室
- ▽申込み期間 1月6日（月）から1月29日（水）
- ▽定員 20名

基山・広域合同企業説明会及び企業ガイドのご案内

問 基山町生涯現役地域づくり環境整備部会（基山町産業振興課内） ☎ 85-8015 ✉ brand1kiyama@outlook.jp

基山町は、若者から高齢者までの多くの方々が、その能力や経験を踏まえ活躍し、また企業等が人材の確保を図ることを目的として、“基山・広域企業ガイド”の作成と“基山・広域合同企業説明会”の開催を予定しています。

合同企業説明会では、その場で求人情報を提供する“お仕事相談会”も行っています。多くの方のご来場をお待ちしています。

▽基山・広域合同企業説明会

- ・日時 2月26日（水）午前9時30分～午後4時15分（予定） ※午前午後二部制
- ・場所 基山町総合体育館（アリーナ）
- ・参加企業 企業ガイド掲載企業・団体等（55企業・団体）
※会場には、「未来さがしコーナー」（専門学校説明会）があります。

▽基山・広域企業ガイド2025

企業ガイドは右のQRコードからご確認いただけます。



ホームページはこちら