

介護者教室

介護者教室
○お薬手帳の上手な使い方、薬の飲み方、かかりつけ薬局が必要なのか、

介護者リフレッシュ事業

介護者リフレッシュ事業
在宅で介護をしている方、心身のリフレッシュをしませんか。介護者の交流会及び介護の悩み相談を行います。

スポーツ

スポーツ
オートナム・ウォーク 2021連携企画「秋のウォーキング教室」

公民館

公民館
開催場所の記載がないものは、主催公民館が会場です。申し込みは、原則として午前8時30分からです。

横断歩道は歩行者優先 KEEP38 プロジェクト始動

交通安全 ニュース
埼玉県警では、横断歩行者の交通事故を防止するため、「道路交通法第38条 横断歩道等における歩行者等の優先」にちなんでKEEP38プロジェクトを推進しています。

横断歩道のルールを再確認しましょう

- ①横断歩道に近づいたときは、停止できる速度に減速
②横断歩行者がいるときは、必ず一時停止
③横断歩道手前の追い抜き・追い越し禁止
④停止車両の手前前方に出るときは、必ず一時停止



健康づくり講座「生活ながら運動」

健康づくり講座「生活ながら運動」
日常生活に気軽に取り入れることができる運動を紹介し、運動が苦手な方、運動習慣をなかなか変えられない方におすすめです。

健康づくり講座「生活ながら運動」

健康づくり講座「生活ながら運動」
日常生活に気軽に取り入れることができる運動を紹介し、運動が苦手な方、運動習慣をなかなか変えられない方におすすめです。

男女共同参画セミナー「アンガーマネジメント」
怒りと上手につきあおう「ツ」
誰でも思わず「カッ」となってしまうことはあるものです。その気持ちと上手に向き合ってみませんか。



スポーツ推進課
★スポーツ推進課
25・1152

本庄東公民館 22・3404
◆実用的な筆ペン教室
筆ペンの使い方、手紙の書き方を学びながら、ご祝儀袋や年賀状を書き上げます。

◆ホワイト系クリスマスリース教室
ご自身でアレンジし、お正月にも飾りたくなるクリスマスリースを作りましょう。



老人福祉センターつきみ荘の休館日

11月1日(月)・8日(月)・15日(月)・22日(月)・29日(月)・12月6日(月)

余熱利用施設湯かっこの休館日

11月1日(月)・8日(月)・15日(月)・22日(月)・29日(月)・12月6日(月)

ボートレース戸田開催日程

11月3日(祝)～7日(日)・10日(水)～14日(日)・17日(水)～22日(月)・27日(土)～30日(火)・12月3日(金)～7日(火)
※本庄市は埼玉県都市競艇組合に加入しており、組合からの配分金をさまざまな事業に活用しています。