

健康・スポーツ

- 会場が書いてないものはそれぞれの問合せ先と同じ場所です。
- 申込み問合せの時間は、特に記述がない限り平日8：30～17：15にお願いします。



オレンジカフェ座談会

認知症の方ご本人や介護されている皆さんで、日頃の悩みや思いをお話ししたり、情報交換したりできる座談会です。

専門の職員に介護の相談もできます。

〈日時〉11月4日（火）13：30～15：00

〈会場〉佐久平交流センター 第3会議室

〈問合せ〉高齢者福祉課 高齢者支援係 62-3157
または各支所 高齢者児童福祉係

お口の相談日



お口の中で気になることを、歯科衛生士にご相談ください。

市民対象、参加費は無料です。

〈日時〉11月12日（水）9：30～12：00（一人30分ほど）

〈場所〉サングリモ中込2階 口腔歯科保健センター

〈申込み〉健康づくり推進課 口腔歯科保健係 63-3781



スポーツ教室

※いずれも初心者向けです。 〈申込み・問合せ〉佐久市スポーツ協会 88-6123

教室名	申込受付	日時	場所	対象	定員	参加費
ソフトテニス教室 （全10回）	11月5日（水）～ 11月19日（水）	11月26日～R8年2月4日 毎週（水）19：15～21：15 ※12月31日を除く	佐久市総合体育館	18歳以上 （高校生除く）	40名	2500円