

いきいき

けんこう せいかつ 健幸生活

1月のセカンドライフ応援セミナー

こころのモヤモヤを片付けよう!
『ちょうどいい』を探す
心の整理術を聞いてみませんか

とき…1月24日(水) 午後2時～4時
ところ…三条東公民館
対象…おおむね55歳以上
定員…20人
申し込み…セカンドライフ応援ステーション
(市役所第二庁舎内) ☎47-0033

セカンドライフ応援ステーション

「退職後に何か活動がしたい」「まだまだ社会と関わりを持ちたい」など、充実したセカンドライフを応援します。
登録すると、毎月、ダイレクトメールでさまざまな情報をお届けします。
対象…市内在住の55歳以上



ホームページ

相談会情報

ワークサポート三条 お仕事個別相談会

就労支援相談員が無料で仕事探しの相談を受けます。求人のおっせんはありません。
とき…1月18日(水) 午前10時～午後1時
ところ…三条東公民館
申し込み…セカンドライフ応援ステーション
(市役所第二庁舎内) ☎47-0033

さんちゃん健康体操

ところ	曜日	時間	とき
厚生福祉会館	月	午前10時	1月9日(火)、15日、22日、29日、2月5日
栄寿荘	月	午後2時	1月9日(火)、15日、22日、29日、2月5日
下田公民館	火	午後2時	1月9日【フ】、16日、23日、30日、2月6日
サンファーム三条	水	午前10時	1月10日、17日、24日、31日、2月7日
ソレイユ三条	水	午前10時	1月17日、31日、2月7日
嵐南公民館	金	午後2時	1月12日、19日、26日、2月2日

*【フ】の日は「フレイル予防のおはなし」と体操1回、その他の日は体操2回です。

ハッピーボランティア参加者募集

申込開始は1月4日(水) 午前9時です。

ふるさと映画村 受付補助

とき…1月24日(水) 午後0時30分～3時30分
ところ…中央公民館

大ホールでカラオケを歌ってみませんか 受付補助

とき…1月27日(土) 午後1時～2時30分
ところ…中央公民館

『オレンジ・ランプ』上映会 受付、誘導補助

とき…1月28日(日) 午後0時50分～2時
ところ…まちやま

◆共通事項

申し込み…セカンドライフ応援ステーション
(市役所第二庁舎内) ☎47-0033

ハッピーボランティア

対象 市内在住の65歳以上
*65歳未満の人も、一部対象となるものがあります。
*セカンドライフ応援ステーションへの登録が必要です。
謝礼金 1回500円

■冬の里山雪上観察会
冬芽と動物の足跡探し
かんじきを履いて、ガイドと観察します。
時 1月28日(日) 午前9時～11時30分 集合場所トリムの森 正面入口 定10人 定300円
服 山歩きのできる暖かい服装
申にいがた里山研究会 小林 090-3148-1808

■サンファーム イベント情報
サンファーム三条 ☎38-2556

①味噌作り
時 1月16日(火)、18日(木) 午前9時(全2回) 定10人 定3,400円

②そば打ち体験
時 1月17日(水)、2月21日(水)、3月19日(火) 午前9時、10時、11時、午後1時30分、2時 定各回4人 定1,700円 持エプロン、三角巾、持ち帰りの袋

■さざぎの湯 ユニオン大会
しらすさ荘で使えるポイントが当たります。
時 1月4日、18日(水) 午後2時～2時30分 定各日先着80人 定無料(別途入浴料が必要) 要)問しらすさ荘 ☎45-0888



③糀作り
時 1月24日(水)、26日(金) 午前10時～11時(全2回) 定10人 定1,500円

④フラワーバッグアレンジ
バッグ型の木のボックスにアレンジします。
時 1月23日(火) 午前10時～正午 定先着12人 定3,500円 持持ち帰り用の袋

■スマホで確定申告会
スマホでの確定申告書の作成・提出を税務署職員がサポートします。事前申し込みが必要です。
時 2月1日(水)、2日(金) 午前9時30分～午後4時 所三条東公民館 持スマホ、マイナンバーカード、申告に必要な書類*詳しくは問い合わせください。申三条税務署個人課 税第一部門 ☎32-6213



■『オレンジ・ランプ』上映会
若年性認知症の男性とその家族をモデルにした映画です。
時 1月28日(日) 午後1時30分～3時20分 所まちやま 定先着80人 問介護家族のつどい 山谷 ☎0256-38-6325

うちの子「結婚」しないのかしら?
独身のお子様の結婚相談承ります

お子様の結婚に関するお悩み、プロの仲人がお答えします。
まずはお気軽に仲人にご相談下さい
☎025-212-2038
結婚相談所ムスベル
新潟市中央区上野1丁目1番24号 Nビル3階 マル通マーク CMS 取得

新潟県交通災害共済にご加入の方へ
請求をお忘れではありませんか?
お見舞金を請求できる期間は、事故の日から1年以内です。
「交通事故で治療を受けただけ…」など、お心当たりのある方は、お早めにご相談ください。
(7回以上治療を受けたケガが対象です。)
お問い合わせ 三条市環境課 ☎0256-34-5574(直通)

「広報さんじょう」に広告を掲載してPRしませんか?
サービス・集客
エリアを絞った情報発信
地域での知名度向上
自治体発行の信頼度の高い広報媒体

「広報さんじょう」に広告を掲載してPRしませんか?
☎092-716-1401 株式会社 ジチタイアド
新潟県新潟市中央区藤原1-14-5 MG薬院ビル7F 財源確保
※株式会社チーの広告事業は、2021/12/1付で「株式会社ジチタイアド」に会社化しております。