

いきいき

けんこう せいかつ 健幸生活

9月のセカンドライフ応援セミナー

子育て支援課コラボ企画
ファミリー・サポート・センターについての説明会
有償で地域の子育て世帯のお手伝いをしませんか
と き…9月9日(火) 午前10時～11時30分
と ころ…市役所栄庁舎
対 象…おおむね55歳以上
定 員…先着10人
申込先…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

社会参加のための相談会

自分探しのために参加してみませんか

折り紙、手話、パソコン、スマホなど自分のやりたいことやできることをボランティア活動で生かす方法を相談できます。セカンドライフ応援ステーションのLINE登録方法も聞けます。
と き…9月5日(金) 午前10時～11時
と ころ…下田公民館

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…9月25日(休) 午前10時～午後1時
と ころ…三条東公民館
申込先…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参加者募集

館内消毒作業補助
と き…10月の土・日曜日、祝日
 午後3時～4時30分
と ころ…すまいるランド

緑道の維持管理補助(ごみ拾い)
と き…10月の火曜日 午前9時～11時
と ころ…弥彦線高架下の緑道

施設の介護ボランティア(入浴後の整容、話し相手)
と き…9月の毎日 午前9時～11時
と ころ…小規模多機能型居宅介護施設
 なでしこ嵐南

1回から申し込みます。
対象…市内在住の65歳以上
 *65歳未満も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
申込先…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

(市役所第二庁舎内) ☎47-0033
 「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、LINEや郵送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



LINE



ホームページ

さんちゃん健康体操

【□】は体操1回と「お口のおはなし」、その他は体操2回です。

と ころ	曜 日	時 間	と き
三条東公民館	月	午前10時	9月1日、16日(火)、22日、10月6日
栄寿荘		午後2時	9月1日、8日、16日(火)、22日、29日【□】、10月6日
下田公民館	火	午後2時	9月2日、9日、16日、10月7日
サンファーム三条	水	午前10時	9月3日、10日、17日【□】、24日、10月1日
ソレイユ三条		午前10時	9月3日【□】、17日、10月1日
嵐南公民館	金	午後2時	9月5日、12日【□】、19日、26日、10月3日

■ソレイユ三条 後期講座
時 10月(令和8年3月の第1) 4木曜日(9月1日) 17日(水)にソレイユ三条 ☎3213362

① ヨガストレッチ
時 午後6時45分～7時45分、午後8時～9時 定 各回先着17人 ¥2千円

② ピラティス
時 午後7時30分～9時 定 先着20人 ¥3千円

■新潟県認知症コールセンター
 認知症に関する悩みを、認知症介護の専門家に相談できます。
時 月～金曜日(年末年始、祝日を除く)午前9時～午後5時 問 新潟県社会福祉協議会 ☎025-281-2783

ホームページ

秋の保内公園まつり

10/5日 保内公園 ☎38-5240
 午前9時～午後3時

涼秋の頃のオープンガーデン

周辺の庭を巡ります。
受付時間…午前9時～9時30分
参加費…500円
申込期限…10月4日(出)

花鉢プレゼント
 キッチンカーを利用するか、ワークショップに参加すると抽選券がもらえます。
抽選会…午前11時～

緑化園芸相談
 植物についての疑問などを相談できます。



キッチンカー&ショップ

ホットドッグ、クレープ、オムライス、スイーツ、和菓子、おこわなど

呈茶体験

参加費…一般700円、12歳以下300円
申込期限…10月4日(出)

ワークショップ

- ① 木工工作体験
参加費…700円
- ② ディンプルアート&キーホルダー
 イラストを選んで特殊な絵の具を塗るだけで、スタンドグラスのようなキーホルダーが作れます。
参加費…700円～
- ③ パフェ石鹸&キャンディーキーホルダー
 石鹸でできたクリームを絞って作るパフェ石鹸と、キャンディーがモチーフのパーツを使ったキーホルダーが作れます。
参加費…800円～
- ④ カッティングボードのリース
参加費…1個1,500円
- ⑤ キーホルダー、ボールペン、飾り箱
 ビーズやシールを組み合わせて作ります。
参加費…600円～



Live 引受基準緩和型 **死亡保険**

持病がある方でも **3つの告知で申し込める!**

オリブの死亡保険 保険金100万円コースの場合

男性 54歳 月々 **1,220**円
 女性 59歳 月々 **1,260**円

※1 保険料は現職・特約・保険料コースにより変わります。詳しくは資料をご覧ください。02021144-43
 ※責任開始日から6か月以内に入会費が発生した場合は、定額保険金の支払額は0%に削減されます。

【1】 元金返付型(保険会社) 登録番号 東京府知事(少額定期保険)第30号 オリブ生命保険株式会社
 〒1140-0022 東京都荒川区西日暮里5-17-18 H&Cビル

資料のご請求、お問い合わせはこちらから!

050-1881-0189

10:00～20:00
 定休日なし
 受付時間(土日祝日を除く)

89歳まで
 お申し込み可能!

※20歳～89歳までお申し込みいただき、最長99歳まで契約が可能です。

ポリフェノールが 生にんにくの **約5.6倍**

テレビCMで話題!! 青森県産!! 熟成黒にんにく **完全無添加!**

黒にんにく「黒青森」

定期購入 元氣応援お得

初回 **990**円 (税込)
 通常価格 3,348円 (税込) 70% OFF

●数量限定、先着順となりますので どうぞお早目に!! ※1世帯2袋まで

050-1880-7602 (土日祝休み)
 9:00～18:00

※1 (株)環境研究センター調べ。 ※2 保存料・着色料・食品添加物は一切使用していません。

「元氣応援お得」は1か月に1回ずつお届けする特別価格プランです。990円でのお届けは初回のみとなります。2回目以降は3,013円。送料770円。2袋セットは初回1,980円。2回目以降は5,892円。送料は当社負担になります。いつでも解約可能です。◆お支払い方法 クレジットカード、後払い(手数料無料)、コンビニ・郵便局・銀行いずれかで商品到着後2週間以内にお支払い◆商品のお届けはご注文後4～7日以内◆お客様の定額購入から送料当社負担。1袋770円(税込)◆送料は未前払いに限り商品到着後8日以内(3日送料・送料手数料はお客様負担)◆お客様の個人情報は厳重に管理し、当社商品の発送やサービス情報提供業務のみに使用いたします。安心健康アドバイザー株式会社 〒134-0084 東京都江戸川区東葛西6-6-3 アークビル3F

●青森県から安心健康アドバイザーが 真心をこめてお届けします。

たっぷり 200g

初回限定 先着200袋