

寿楽荘体操教室

長寿課 ☎66・1105

健康体操教室

「いきいき倶楽部」

運動は体力や筋力を向上させ、転倒や骨折の予防に効果的です。健康づくりのために音楽に合わせて楽しい体操をしませんか。

とき

○水曜日グループ

毎月第2水曜日

○木曜日グループ

毎月第4木曜日

◆3B体操教室「元気倶楽部」

毎日を健康に過ごすため、体のバランス能力を訓練する教室に参加しませんか。

とき

○水曜日グループ

毎月第3水曜日

○金曜日グループ

毎月第3金曜日

【共通事項】

時間 午後1時30分～3時

ところ 老人福祉センター

「寿楽荘」2階 訓練室

対象 市内在住の60歳以上

の方

定員 各教室・各グループ

30人（定員を超えた場合は抽選）

参加費 無料

申し込み 3月1日(火)～25日

(金)に寿楽荘(☎59・7411)へ。

暮らしの教室

「得ダネ講座」

長寿課 ☎66・1105

日常生活を安心して安全に暮らしていくために、講座を受講してみませんか。

ところ 老人福祉センター

「寿楽荘」2階 訓練室

講師 市職員など

対象 市内在住の60歳以上

の方

定員 30人（定員を超えた場合は抽選）

参加費 無料

申し込み 3月1日(火)～25日

(金)に電話で寿楽荘(☎59・7411)へ。

とき	内容
4月22日(金)	老年症候群を予防するために
5月27日(金)	安全安心教室
6月24日(金)	転倒を防ぐために
7月22日(金)	蒲郡市の環境
8月26日(金)	食の安全安心講座(Ⅰ)
10月28日(金)	わが家の防火教室
11月25日(金)	介護保険制度と介護予防サービス
1月27日(金)	お薬の正しい使い方を教え隊
2月24日(金)	おぼえよう！応急手当
3月23日(金)	あったか街づくりに参加してみませんか

※各日ともに午後1時30分～3時



スポーツ

陸上競技教室

文化スポーツ課 ☎66・1222

とき 4月3日～平成24年

3月24日

○小学生・第2・4土曜日

○小学4年～中学生・第1・

3日曜日

午前9時～11時

ところ 公園グラウンド陸上

競技場

対象 市内の小中学生

参加費

○小学1～3年生・中学生

2千500円

○小学4～6年生 3千500円

※別途Tシャツ代(千500円)

申し込み 各練習日に、公園

グラウンドで随時受け付け

※説明会・4月9日(土)午前9

時 公園グラウンド

★陸上教室スタッフの募集

走ることを子どもたちに

教え、自らも体を動かしてみ

ませんか。経験者歓迎。

練習日に教室スタッフまで。

問合せ 市民体育センター

☎69・3241

警察署便り

蒲郡警察署 ☎68・0110

あれっ！いつも見ぬ顔？

知らぬ顔？

迷わず通報！逮捕につながる、

あなたの情報！

「住宅を狙った泥棒

が増えています」

最近のドロボウは、昔からの常習的な日本人のドロボウばかりでなく、暴力団員や不法入国した外国人らがグループで行っている場合も多く、その犯行手口は、偽造ナンバーを装着した盗難車で広範囲に移動しながら犯行を繰り返したり、覆面などで顔を隠して防犯カメラの前でも平然と犯行を行うなど、ますます悪質、巧妙化しています。

「こんな時にはすぐ110番」

○見知らぬ男が住宅街でうろついている。

○留守の隣家で窓ガラスの割れる音がした。

○留守の隣家で物音がする。

○隣家の飼った犬が異常な吠え方をしている。

○マンションの通路で、2～3人が周囲の様子をうかがっている。

○見知らぬ車が、エンジン掛けたままいつまでも停まっている。

○駐車車両の中をのぞき込んでいる。

○閉店しているはずの店の中で懐中電灯がちらついている(人影がある)。

○パトカーに追われていた男が、隣家の庭に逃げ込んだ。