

総合市民センター

☎(24)9511 FAX(23)7444

㊟祝日、年末年始

▼一日の疲れをリフレッシュ

～寝る前のストレッチ体操～

12月20日㊟・27日㊟、1月10日㊟
13時30分～14時30分／内容＝一日の疲れをとり、睡眠の質を高めるためのストレッチ体操／対象＝60歳以上の市内在住者／定員＝20人（申込順）／費用＝110円（保険代）／持ち物＝ヨガマット（大きめのバスタオルなどでも可）／申込＝11月21日㊟9時～電話にて。その後、11月28日㊟9時～12月3日㊟17時までに費用を添えて窓口にて申し込み



東郷福祉センター

☎(25)5882 FAX(25)5871

㊟祝日、年末年始

▼あわてんぼうのクリスマス会

12月16日㊟14時～16時／内容＝レクリエーションゲーム・ケーキパーティー他／対象＝市内在住小学生／定員＝25人（申込多数の場合抽選）／費用＝650円／申込＝11月16日㊟9時～19日㊟に電話にて（本人含め2人まで。11月22日㊟より結果を茂原市社会福祉協議会ウェブサイトに掲載。または、当センターへ電話で確認）。その後、費用を添えて窓口にて申し込み



二宮福祉センター

☎(26)3740 FAX(26)3741

㊟祝日、年末年始

▼☆わいわい☆

クリスマスパーティー

12月16日㊟13時30分～15時30分／楽しいゲーム他／対象＝市内在住小学生／定員＝25人（申込順）／費用＝700円（景品・おやつ代）／申込＝11月24日㊟9時～電話にて（本人含め2人まで）。その後、11月27日㊟～12月3日㊟までに、費用を添えて窓口にて申し込み
※アレルギー対応はしていません

▼チャレンジキッド参加者募集!!

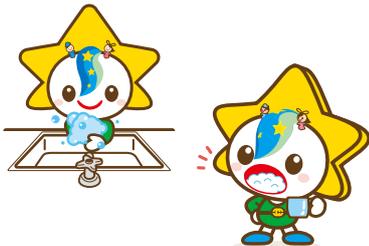
みんなで作ろう!大きな立体アート

1月14日㊟13時30分～15時30分／対象＝市内在住小学生／定員＝20人（申込順）／費用無料／申込＝11月26日㊟9時～電話にて（本人含め2人まで）／出来上がった作品は当センターに展示します

感染症対策を徹底しよう!

冬はさまざまな感染症が流行しやすい季節です。特にインフルエンザの感染者は増えており、新型コロナウイルス感染症との同時流行が懸念されていますので、一人一人が感染症対策を徹底しましょう。

手洗いうがいを
小まめにしましょう



日頃から十分な休養を取り
免疫力を高めましょう



予防接種も
予防方法の一つです



問合せ 健康管理課 (2階) ☎(20)1574 FAX(20)1600

訂正と
お詫び

広報もばら10月15日号7ページ「スポーツもばら第71号」において、団体名に誤りがありました。訂正し、お詫び申し上げます。
(誤) 長生卓球クラブ (正) 長生茂原卓球クラブ