

元気アップ講座

あんしん長寿センターでは、高齢者の皆さんに元気でいきいきとした生活を続けてもらえるよう、元気アップ講座を開催いたします。

介護予防に関心のある人は、ぜひご参加ください。

とき 5月23日(月)
午前10時～11時30分

ところ あんしん長寿センター
(ガレリアかめおかエイジレスセンター内)

対象 65歳以上の人
※ただし介護認定を受けている人は利用いただけません。

定員 30人

内容 「気功太極拳」心も体もやわらかく、そして力強く。さあ、皆さんも気功太極拳を体験してみましよう。

講師 荻野涼代おぎのすずよ

参加料 無料(要予約)

その他 申し込み多数の場合は抽選となります。参加いただける人には5月20日(金)までに電話で連絡します。

申し込み 問 4月25日(月)から5月13日(金)までに、あんしん長寿センター

TEL29-2133、FAX29-2155
(高齢福祉課)

運動公園体育館トレーニングルーム使用講習会

とき ①5月8日(日)午前9時～11時

②5月26日(木)午後7時～9時

ところ 亀岡運動公園体育館トレーニングルーム

対象 16歳以上の人

内容 専門のトレーナーがアドバイスと指導を行います。

定員 各回20人(先着順)

参加料 320円

その他 講習会実施中は、受講者以外は使用できません。

申し込み 問 4月25日(月)から受講日の前日までに、写真(縦3.0cm×横2.5cm)と参加料を持参の上、直接、運動公園体育館(午前8時30分～午後6時45分、火曜日休館)

TEL25-0372 [指定管理者(株)三煌産業]

※再講習の人は、発行済の承認証を講習会当日に持参してください。

(都市整備課)



0・1・2・3歳親子room "COCOいく"

①『はじめてくらす(ベビーマッサージ講座)』

とき 4月26日(火)
午前10時～11時30分

対象 生後1カ月半～ハイハイするまでの赤ちゃんとその保護者

講師 岡本美由貴さん(助産師)

参加料 1,200円(オイル、お茶お菓子代込)

持ち物 バスタオル、水分補給できるもの

②『ねこくらす』

とき 5月9日(月)
午前10時～11時30分

対象 平成26年10月～平成27年4月生まれぐらいの親子

内容 子どもの成長に合わせた親子のふれあい遊びと子ど

もの育ちのお話、成長のアルバム作り。

参加料 1,000円/1回

【①②共通】

場所 ふらっとHOUSE
(追分町谷筋37-21)

定員 10組

保育 兄弟の保育1人につき500円

申し込み 問 NPO法人亀岡子育てネットワークTEL20-1556

(子育て支援課)

「昔話を楽しむ大人のためのおはなし会」第181回

とき 4月25日(月)
午前10時～正午

ところ ガレリアかめおか2階研修室

対象 どなたでも

内容 語り手がむかし話などを語ります。

参加料 200円(施設使用料など)

申し込み 当日受け付け

その他 保育希望者は、直接ガレリアかめおか託児室

TEL29-2700

主催 問 ストーリーテリング・
口丹おはなしの会栗山

TEL24-2255

(市立図書館)

第39回泰友書道展

とき 4月30日(土)、5月1日(日)午前10時から午後9時

※1日は午後4時30分まで

ところ ガレリアかめおか1階
コンベンションホール

内容 会員が日頃の成果を発表する場として、条幅・漢字・仮名・色紙・額など、400点の作品を出品します。

入場料 無料

その他 5月15日(日)午前11時から表彰式を行います。

問 泰友書道会会長竹嶋泰華

TEL25-6588

(市民力推進課)

ふるさとバス、コミュニティバスをご利用ください