

総合福祉センター各種事業

ところ 総合福祉センター

《働く女性の家》

事業名	とき	内容・講師	定員	受講料など
パソコン実用講座④	10月5日(水)、 19日(水) 午後2時～4時 3階講習室	ワードを使って「年賀状」、エクセルを使って「住所録」を作り差し込み印刷を学びます。 (パソコン無料レンタル、持ち込みも可) 講師 : パルーンネット株式会社 対象 : 文字入力、マウス操作の出来る人	10人 (先着順)	受講料 600円 資料代 400円
ママのおしゃべりサロン	10月13日(木) 午前10時 ～11時30分 2階教養娯楽室	子育て中の不安や疑問、日頃感じていることなど、ざっくばらんにみんなでワイワイ話せる場として、スタッフが子どもの見守りを行います。【親子同室保育】 進行役 : なかよしルーム保育士 対象 : 生後6カ月から就園前の乳幼児とその家族	10組 (先着順)	無料

《勤労青少年ホーム》

事業名	とき	内容・講師	定員	受講料など
相談事業 「カウンセリング @ホーム」	10月6日(木) ①午後7時から ②午後8時から 各50分間 3階相談室	カウンセリングってどんなことをするのか?と知っている人、一度来てみませんか。 心理学って面白そう。私はどんな仕事に向いているのか? 将来のことを考えたい。トラウマ、発達障害って? 心身の不調など一緒に考えます。 相談員 : 臨床心理士・精神保健福祉士 対象 : 35歳までの人、またはその家族	各1人 (先着順)	無料
セルフ・ストレッチ講座	10月8日(土) 午後2時30分 ～3時30分 1階ホール	のんびり、ゆっくりとした指導で、毎日の生活の中で蓄積されたむくみや固くなった筋肉をストレッチ体操と、自分の手でもみほぐします。 講師 : 吉田充江さん 対象 : どなたでも	30人 (先着順)	300円
女子力アップのメニューづくり	10月20日(木) 午後7時 ～9時30分 3階料理室	簡単な料理を作り、食べながら日常のことなどいろいろ話しましょう(男性も大歓迎)。 メニュー : きのこの炊き込みご飯・鮭の南蛮漬け・蓮根汁・りんごとさつま芋のスティックケーキ 進行役 : 勤労青少年ホームOG 対象 : 35歳までの人	10人 (先着順)	受講料 無料 材料費 500円程度

《働く女性の家・勤労青少年ホーム共通》

申し込み 随時。来館または電話、FAXで受け付けます。①希望の事業名、②郵便番号・住所、③氏名(ふりがな)、④電話番号、⑤年齢、⑥勤労の有・無を働く女性の家・勤労青少年ホームへ[総合福祉センター内(午前9時～午後9時)、火曜日・祝日は休館、日曜日は午後5時まで] TEL24-0294、FAX24-3071

その他 先着順で受け付けます。▶託児室(生後6カ月から就学前までの乳幼児: 無料)、手話通訳、要約筆記の希望者は申し込み時に受け付けます。▶定員に空きがある場合は、対象外の人でも受講できますので相談してください。

(地域福祉課)

食中毒を防ぐ3原則 菌を「つけない、増やさない、やっつける」