

## 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
パワーアップ実践講座「セルフdeエステ」	10月19日(水) ①午前10時から ②午前10時30分から ③午前11時から ④午前11時30分から 各25分間 3階相談室	ハンドトリートメントで手の疲れを癒し、肌の悩みについてのカウンセリングを行います。 <b>パワーアップ講座登録講師</b> :岩田久枝さん <b>対象</b> :どなたでも	各1人 (先着順)	1,000円 (資料・お茶代含む)
やさしいヨーガ講座(秋)	10月22日から12月24日までの各土曜日(ただし11月26日は休み) 午前11時～正午 1階コミュニティホール	アイアンガーヨーガの基本と実践で、疲れをリセットし、集中力アップとリラクゼーション効果を体感します。 <b>講師</b> :田中三喜子さん <b>対象</b> :女性(勤労者優先)	15人 (先着順)	2,000円 (全9回分)
両立相談 女性のサポートサロン	10月24日(月) ①午後2時～2時50分 ②午後3時～3時50分 3階相談室	ワーキングマザーの不安や疑問、モヤモヤした気持ちや悩みなどを、子育てしながら働き続けてこられた少し先輩とお茶を飲みながら気軽に話ませんか。 <b>パートナー</b> :浜野令子さん <b>対象</b> :働きながら育児や介護をしている人、育児・介護休業からの復職を予定している人など	各1人 (先着順)	無料
両立支援講座 音楽日和:フォークソング広場	10月24日(月) 午後2時～3時30分 1階コミュニティホール	人生を豊かに充実した毎日過ごすためのワーク・ライフ・バランスを考える機会として、老いも若きも一緒に、地域の絆を深める素敵な時間を過ごしましょう。 <b>講師</b> :吉田浩氣さん・小川正浩さん(Sweet & Bitter.) <b>対象</b> :どなたでも	30人 (先着順)	300円
着付けステーション& 目指せ着物美人講座	10月24日(月) 午後2時～5時 2階教養娯楽室	着付けステーションでは着物のレンタルや着付けを行っています(レンタル一式無料)。講師はいませんが、教え合いながら着物の着付けと帯結びの練習を行います。 終了後、希望者はスタッフと一緒に「亀岡祭の宵宮」へ出かけましょう。 <b>対象</b> :どなたでも	10人 (先着順)	無料

**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。(地域福祉課)

### ≪障害者福祉センター≫

**対象**:障害のある人やその介助者・関係者など(障害のある人優先)

事業名	とき	内容・講師	定員	参加料
陶芸講座②	11月11日、12月9日、平成29年1月13日、2月10日、3月10日の各金曜日(全5回) 午後1時30分～3時30分	普段使いできる器を楽しく交流しながら作ります。電動ロクロ体験や素焼きの器に絵付けもします。 <b>講師</b> :河島秀泉さん(亀法窯) <b>持ち物</b> :エプロン、手ふきタオル	12人	材料代 100g 120円

**対象**:中途失聴者・難聴者・聞こえに不安のある人・関係者など(障害者手帳の有無は問いません)

事業名	とき	内容・講師	定員	参加料
きこえの広場	10月27日(木) 午後1時30分～3時30分	聞こえに不安のあるみなさんが気軽に集い交流します。日常生活に必要な情報提供や交換など。要約筆記(筆記通訳)、磁気誘導ループ(補聴器の聞こえを補助するもの)を準備しています。	16人	無料
難聴者コミュニケーション広場	10月30日(日) 午後1時30分～3時30分	職場や地域で聞こえにくい、聞こえないと困っている人が気軽に集まり、コミュニケーションに不便を感じるときの対処法を一緒に考えます。	16人	無料

**申し込み** 随時。午前9時から来館または電話・FAXで障害者福祉センターへ[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 (障害福祉課)

### ≪中央老人福祉センター≫ 対象:市内在住の60歳以上の人

講座名	とき	内容・講師	定員	受講料など
①シニア世代の地域デビュー講座第3講「これで安心!暮らしと相続」	11月4日(金) 午前10時～正午	毎日の暮らしのなかのお金や相続について情報収集し、賢いシニアになりましょう。 <b>講師</b> :数内美樹さん(京都府金融広報委員会、京都府金融広報アドバイザー)	20人 (先着順)	300円
②「カラオケサロン」	11月7日(月) 午後1時30分～4時	※1人2曲程度歌えます。 ナツメロ、童謡、アニメソング、あの頃のヒットソングなど、楽しいひと時を過ごしましょう。 <b>持ち物</b> :飲み物など ※音楽に合わせて体を動かします。 ※講師はいません。当日参加はできません。 ※最低開催人数5人以上・初めての人優先	20人 (先着順)	300円

**申し込み** ①は随時、②初めての人は10月17日(月)午後5時までに、前回受講の人は10月19日(水)以降の午前9時から来館または電話で受け付けます。中央老人福祉センター【総合福祉センター内(午前9時～午後5時)火曜日・祝日は休館、日曜日は午後5時まで] TEL24-0294 (高齢福祉課)

買い物は、お近くの商店街など亀岡市内でしましょう