

亀岡生き物大学特別講座

「農業体験教室」

と き 5月20日(土)
午前10時～正午

ところ 地球環境子ども村(宮前町)

対象 どなたでも(ただし小・中学生には保護者の同伴が必要です)

内容 農業と環境についての講義を行った後、リサイクルプランターを作り、プチトマトの苗を植えます。

定員 20人(先着順)

参加料 プランター1つにつき500円

持ち物 筆記用具、軍手、2Lのペットボトル2本(プランター1つにつき)

「親子で行こう!琵琶湖博物館」

と き 5月27日(土)
午前8時30～午後5時

ところ 集合・解散場所: 亀岡市役所(午前8時30分集合出発・午後5時頃帰着予定)

対象 どなたでも(保護者同伴で参加してください)

内容 琵琶湖博物館に出向き、館内の展示物や学芸員による講義を通して水の環境について学習します。親子で参加し、絆を深めます。

定員 30人(先着順)

参加料 大人のみ750円(中学生以下は無料)

持ち物 筆記用具、昼食、敷物、飲み物

「ホテル教室」

と き 6月2日(金)
午後7時～9時

ところ ガレリアかめおか(創作室)

対象 どなたでも(ただし小・中学生には保護者の同伴が必要です)

内容 ホテルの種類や生態について学習した後、亀岡に生息しているホテルを実際に観察します。

定員 30人(先着順)

参加料 無料

持ち物 筆記用具、自由帳

《共通》

申し込み 問 5月11日(木)から電話またはFAX、電子メールで①申込講座名②参加者全員のお名前(お子さんは学年も)③電話番号を記入の上、地球環境子ども村へ

※電子メールの場合は受け付け確認の返信をします(土・日曜日、祝日休館)

TEL26-6100、FAX26-5002

電子メール
kodomomura@city.kameoka.lg.jp
(市民力推進課)

認知症介護家族交流会「ほっこりさん」

同じような経験をもつ人との出会いの場、介護や病気との付き合い方のコツを見つける場、介護者に必要な息抜きの場でもあります。

と き 5月15日(月)
午後1時30分～3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 (1)認知症の人の家族
(2)認知症の家族を介護している人、介護していた人

内容 茶話会を通じた相談、交流(認知症の人と家族の会京都府支部会員が、コーディネーターとして参加)

参加料 無料(申し込み不要)

問 あんしん長寿センター
TEL29-2133
(高齢福祉課)

マッサージサービス事業

と き 5月25日(木)、28日(日)
午前10時～午後3時

ところ 総合福祉センター2階 教養娯楽室(内丸町)

対象 ①介護保険の要支援1

～要介護5の認定を受けている人を在宅で介護している人

②市内在住で65歳以上の人

定員 ①各日12人
②各日6人

※①、②どちらも申し込み多数の場合は抽選

申し込み 5月17日(水)午前9時から午後3時までの間に、

①電話で市役所1階高齢福祉課 **TEL25-5032**

②電話で亀岡市視覚障害者協会事務所(総合福祉センター内) **TEL22-1311**

問 ①市役所1階高齢福祉課 **TEL25-5032**

②酒井 **TEL090-1484-9161**
(高齢福祉課)

ウォーキング教室

正しい歩き方を学んで仲間と一緒に歩きます。[全4回]

と き ①5月23日(火)
②5月30日(火)
③6月6日(火)
④6月20日(火)
午前9時30分～正午

ところ 保健センターほか

対象 市民で、医師に運動を止められていない人、各回の設定距離を無理なく歩ける人

※初心者大歓迎

内容 ミニ講話(運動、ロコモティブシンドロームなど)、ストレッチ、ウォーキング(からだの状態に合わせて約2～6kmを歩きます)

※雨天時は室内運動をします。

定員 約20人(応募多数の場合は、初参加の人を優先)

参加料 無料

持ち物 飲み物、タオル、帽子

服装 動きやすい服、靴

申し込み 問 5月19日(金)までに、保健センター
TEL25-5004
(健康増進課)