

亀岡ゆう・あいサポートシステム登録グループ主催事業

グループに登録していない人も自由に参加できます。
「～女性のからだを整える～ スローエイジングクラス」
と き 3月19日（月）
 午前10時～正午
ところ ガレリアかめおか2階研修室
内 容 横たわってヨガを行ったリツボを刺激したりして、肩凝りや冷え、月経痛、産後の不調、更年期の症状など、女性の心と身体を整えます。
対 象 女性
参加費 1,000円
持ち物 ヨガマットまたはバスタオル、お茶
申し込み 当日受け付け

その他 動きやすい服装でお越しください。
問 プラチナ・ママ みやこ 都
TEL090-7767-4016
「①いのちのお話会・②母と娘の月経教室」
と き 3月25日（日）
 ①午前10時～正午②午後1時30分～3時30分
ところ ガレリアかめおか2階和室
内 容 ①子どもたちがいのちの尊さや生まれてきた力を知り、自尊感情を高め、いのちやからだを大切に守れる力を育むためのお話会です。②いのちをつなぐ力と月経のお話をポジティブに伝えます。母から娘に手紙を書くなどのワークショップも行います。
対 象 ①どなたでも②小・中学

生の娘さんとお母さん（対象外のお子さんは同室不可・託児をご利用してください）
定 員 ①50人②母娘10組（いずれも先着順）
参加費 ①2,000円（1家族・中学生以下は保護者同伴）
 ②3,500円（母娘1組・月経ダイアリー付き）
持ち物 ①特になし②筆記用具・かわいい便箋・封筒
申し込み **問** ①②とも参加者全員の氏名・連絡先を電話かFAXで次へ
 プラチナ・ママ たまら 田村
TEL090-5669-0390
FAX22-5883
《共通》
 ※託児希望者は直接、ガレリアかめおか託児室 **TEL29-2708**
 （人権啓発課）

総合福祉センター各種事業

ところ 総合福祉センター（できるだけ公共交通機関でお越しいただきますよう、ご協力をお願いします）

《働く女性の家》

事業名	と き・場 所など	内 容・講 師・対 象など	定 員	受講料など
仕事と家庭の両立支援「女性のサポートサロン」	3月26日（月） ①午後2時から ②午後3時から 各50分間 場 所：3階相談室	仕事を続けるうえでの不満や悩みの相談（個別相談） アドバイザー：浜野令子さん 対 象：どなたでも	各1人 （先着順）	無料

申し込み 3月10日（土）午前9時から来館または電話・FAXで受け付けます。①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⑦託児（生後6カ月から就学前までの乳幼児）、手話通訳、要約筆記の希望を働く女性の家へ〔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**
 （地域福祉課）

《障害者福祉センター》

事業名	と き・場 所など	内 容・講 師・対 象など	定 員	受講料など
いきいき手話広場	3月16日（金） 午後1時30分～3時 場 所：1階会議室・集会室 ※当日参加もできます。	昔話を手話で語ったり、手話で歌ってみましょう。お話「うさぎとかめ」歌「贈る言葉」ほか 対 象：手話に興味のある人ならどなたでも	20人	無料
バドミントン交流広場	3月22日（木） 午後7時～9時 場 所：1階コミュニティホール ※当日参加もできます。	障害のある人もない人もいっしょにバドミントンを通してお互いの理解を深めます。 希望者はスポーツ保険に加入できます。 対 象：バドミントンに興味がある人ならどなたでも	16人	無料

申し込み 3月10日（土）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）

《登録グループ主催事業》

事業名	と き・場 所など	内 容・講 師・対 象など	定 員	受講料など
パソコンサークル体験教室	3月28日（水） 午前9時30分～11時30分（時間厳守） 場 所：4階講習室・集会室	いっしょにワードやエクセルの入力をしてみませんか。 ノートパソコン（Windows7以降でワードとエクセルがインストールされていること）を持参してください。 講 師：林 聖さん 対 象：60歳以上で文字入力とマウス操作ができる人	5人 （先着順）	無料

申し込み 3月10日（土）午前9時から26日（月）午後5時まで先着順で受け付け。来館または電話・FAXで○事業名○氏名（ふりがな）○電話番号を総合福祉センターへ〔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**
 （地域福祉課）

交通のルールとマナーを守り、交通事故を防止しましょう