

花ノ木医療福祉センター情報発信事業

「簡単クッキング～高齢者、障がい者にやさしい食事と調理～」への参加者を募集します。障がい者・高齢者にも食べやすい嚥下サポート食などを紹介します。

と き 5月23日(水)

午前10時～正午(午前9時30分受け付け開始)

と ころ 花ノ木医療福祉センター 2階多目的室

内 容 ・簡単調理(さばの味噌煮)の実演、嚥下サポート食(ゼリー食)・お粥を使った食事(たけのご飯)・濃厚流動食の紹介、試食会

参加費 無料

定 員 30人(先着順)

対象者 食事支援にお困りの人、嚥下サポート食について相談したい人

申し込み **問** 5月21日(月)までにセンター備え付けの申込書でFAX、郵送または持参で次へ〒621-0018(大井町小金岐北浦37-1)花ノ木医療福祉センター(医療部医療科 給食係) TEL23-0701、FAX22-8365 ホームページ

<http://www.hananoki-kameoka.or.jp/>

※申込書はホームページからもダウンロードできます。

(障害福祉課)

かめおか認知症カフェ「みのり」

認知症でお困りの人は、気軽にカフェへ立ち寄り、相談してください。専門職が対応します。

と き 5月17日(木)、24日(木)午後2時～4時

と ころ Café Lier(かめおか ゆう薬局敷地内、余部町)

対 象 認知症が心配な人やその家族

内 容 相談、交流

参加料 無料(喫茶費用は実費)

問 市役所1階高齢福祉課

TEL25-5117

※予約することもできます。

(高齢福祉課)

元気アップ講座

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します。

《体操》

と き 6月4日(月)

午前10時～11時30分

内 容 音楽にあわせた楽しい体操で健康づくりをしましょう。

講 師 NPO法人

元気アップAGEプロジェクト

募集期間 5月10日(木)～28日(月)

《ストレッチ》

と き 6月11日(月)

午前10時～11時30分

内 容 心拍数を上げずに肩まわりや腰まわりの筋肉をゆっくり動かしていきます。

講 師 ボディケアセラピスト

募集期間 5月10日(木)～6月4日(月)

《共通》

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

定 員 25人(応募多数の場合は抽選)

参加料 無料

申し込み **問** あんしん長寿センター TEL29-2133

(高齢福祉課)

「亀岡まるごとガーデン・ミュージアム」構想市民公開フォーラム

と き 5月13日(日)

午後1時～3時

(午後0時30分開場)

と ころ ガレリアかめおか2階 大広間

対 象 どなたでも

(申し込み不要・参加無料)

内 容 「亀岡まるごとガーデン・ミュージアム」構想とは、地域資源を名所づくりなどに活かす事業と、花と緑による潤いのある景観を創出する事業を融合したまちづくり構想です。その概要紹介とパネルディスカッションを行います。

問 市役所2階都市計画課 TEL25-5046

(都市計画課)

平成30年度第1回 亀岡市就職個別相談会

就職に対して不安や悩みをかかえている皆さんを応援するため、就職に向けた個別相談会を2日間開催します。「就職活動の方法が分からない」「長い期間働いていないけど、再就職を考えている」「再就職を考えているが、希望職種が見つからない」「面接が苦手で人前で上手く話せない」など、就職に関するあらゆる不安や悩みについて、京都ジョブパークの専門カウンセラーが就職に向けてアドバイスをします。

と き	5月15日(火)	5月16日(水)
	両日とも午前10時～午後5時(1人あたり約50分)	
と ころ	ガレリアかめおか 2階 研修室 (余部町宝久保1-1)	人権福祉センター 2階 会議室 (稗田野町佐伯琴敷78-1)

《2日間共通》

内 容 就職活動に関するあらゆる相談や悩みに対して、1対1でアドバイスします。

対 象 どなたでも

参加料 無料

定 員 各日6人

持ち物 筆記用具 ※服装は自由です。

申し込み 5月10日(木)までに電話または窓口にて申し込んでください。

※両日とも定員に達し次第、受け付けは終了させていただきます。

申請先 **問** 市役所3階商工観光課 TEL25-5033



(商工観光課)

ふるさとバス、コミュニティバスをご利用ください