

花ノ木医療福祉センター情報発信事業

「不思議な模様のエコバッグをつくろう」への参加者を募集します。

と き 7月14日(日)

午後1時30分～3時30分
(午後1時受け付け開始)

ところ 花ノ木医療福祉センター
2階多目的室

内容 シールやテープ、布などの道具を使ってデザインする不思議な模様のエコバッグを作成します。

講師 森太三さん(美術作家)

参加費 無料

定員 20人(先着順)

対象者 南丹圏域在住で障害のある人(年齢は問いません)

申し込み 7月11日(木)までにセンター備え付けの申込書でFAX、郵送<必着>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(看護生活支援部)

TEL23-0701 FAX22-8348

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

*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)

QR決済導入合同説明会・相談会

インバウンド観光、周遊観光客のニーズに対応するためのQR決済導入説明会および相談会を各事業者合同で実施します。

と き 7月3日(水)

午前の部 午前10時30分～正午
午後の部 午後1時～2時30分

ところ 市役所1階市民ホール

対象 亀岡市内の事業者

内容 ・QR決済事業者による仕組みや手続きなどの説明

・事業者との個別相談会

参加事業者 ・J-coin Pay

・Origami Pay ・Ali Pay ほか

その他 参加申し込みは、6月28日(金)までに、亀岡商工会議所に連絡してください。QR決済についてお悩みの人は気軽に申

し込んでください。

問 亀岡商工会議所

TEL22-0053 FAX25-1200

(商工観光課)

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。

と き ①7月17日(水)②22日(月)③24日(水)④29日(月)

月曜日：午前10時～11時30分

水曜日：午後2時～3時30分

*この中でお申し込みいただけるのは2回です。

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

内容 運動を中心に口腔機能の向上、栄養機能の改善、認知機能の維持向上のため実技と講座。

定員 20人(応募多数の場合は抽選)

参加料 無料

募集期間 6月25日(火)から開始。締め切りは、①7月10日(水)②12日(金)③17日(水)④22日(月)までです。

申し込み **問** あんしん長寿センター

TEL29-2133

*電話は市役所高齢福祉課に転送される場合があります。

(高齢福祉課)

● 自衛隊各種採用試験などに関する説明会のご案内 ●

種 目	概 要	受付期間
航空学生	自衛隊パイロットを養成します。	7月1日～9月6日
一般曹候補生	基幹要員である陸・海・空曹を養成します。	7月1日～9月6日
自衛官候補生	所要の教育を経て3カ月後に2等陸・海・空士に任官します。	受け付けは年閏を通じて行っています。

*締切日必着

説明会日程	時 間	場 所
6月18日・25日 7月2日・9日 各火曜日	午前10時～ 午後1時～ 午後4時～	亀岡募集案内所

内 容 自衛官の仕事と生活および採用種目について説明します。

対 象 学生・一般・保護者の人などなたでもご参加いただけます。

その他 予約不要・履歴書不要・入退場自由・服装自由

*平成30年10月1日から、採用年齢が33歳未満に引き上げられました。

受け付け **問**

防衛省自衛隊 亀岡募集案内所(古寺町西内坪34-26)

TEL24-4170

京都地方協力本部ホームページ「自衛隊 京都」で検索



元気アップ講座PLUS 第Ⅱ期

老化はすべての人に同じように訪れるわけではありません。いくつになってもハツラツとした生活を送れるよう体づくりに取り組んでみませんか。連続5回の講座と前後体力測定、体力測定結果返却会の全8回の講座です。

と き・内 容

日 程	内 容
第1回 8月2日(金)	事前体力測定
第2回 8月9日(金)	介護予防とは? 運動(ストレッチなど)
第3回 8月23日(金)	お口の健康 運動(自宅で出来る運動など)
第4回 8月30日(金)	運動してよく動くからだになろう 運動(ご当地体操の紹介1)
第5回 9月6日(金)	高齢期の食事のお話 運動(ご当地体操の紹介2)
第6回 9月13日(金)	認知症になるリスクを減らそう 運動(今までの復習)
第7回 11月8日(金)	事後体力測定
第8回 令和2年1月17日(金)	参加者同窓会(事後体力測定結果をお持ちください)

時 間 午前9時40分～11時40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 65歳以上の人、全ての回に出席できる人

定 員 15人

申し込み **問** 6月25日(火)から7月10日(水)までの間に、電話であんしん長寿センター

TEL29-2133

(高齢福祉課)

前立腺がん検診を受診しましょう!

問 健康増進課

TEL 25-5004