

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
「女子会カフェ」	4月4日(木) 午前10時～11時30分 場所:2階会議室	日常生活の中で「こんなこと感じているのは私だけ?」なんて思うことがありますよね。そんなモヤモヤを言葉にしてみましょう。毎回、いろんな気づきがありますよ。 ファシリテーター:玉記道子さん 対象:女性限定	8人 (先着順)	無料
ママのおしゃべりサロン	4月11日(木) 午前10時～11時30分 場所:3階託児室	子育ての不安や疑問、日ごろ感じていることなどを、保育士と一緒に話せる場です。今月は、本の読み聞かせや、親子ふれあい遊びなどを保育士と一緒にいきます。 【親子同室保育】 対象:生後6カ月からの乳幼児と保護者	5組 (先着順)	無料
やさしいヨーガ講座	4月～2020年3月までの土曜日(全36回) 第1四半期の日程 4月13日、20日、27日、 5月11日、18日、 6月1日、8日、22日、29日 ①午前10時～11時 ②午前11時～正午 場所:1階コミュニティホール	アイアンガーヨーガの持つ特徴である集中力アップとリラクセス効果を体感し、女性の自己ヘルスケアを学びます。 講師:田中三喜子さん 対象:女性限定(勤労女性優先)	各40人 (先着順)	2,000円 (1期9回分)
なつかしの歌声広場 ①土曜クラス ②金曜クラス	4月13日～2020年3月27日までの各月1回(全10回) ①第2土曜日の午後1時30分～3時 ②第4金曜日の午前10時～11時30分(11月は第2金曜) ※①②クラスとも ・8月は、第1土曜日 午前10時～正午 ・1月、2月は休み 場所:1階コミュニティホール	童謡や唱歌を中心に懐かしい歌謡曲などをピアノに合わせてみんなで歌います。 歌唱指導:片山映子さん ピアノ伴奏:田尻いつみさん 対象:どなたでも	各100人 (先着順)	3,000円 (資料・お茶代を含む)

申し込み 3月13日(水)午前9時から来館または電話・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
健康ひろば	3月23日(土) 午後2時30分～3時10分(約40分間) 場所:1階機能回復訓練室(作業室) ※当日参加できます。	イスに座ったままで、楽しくからだを動かしましょう 講師:叶夢さん(フィットネスインストラクター) 対象:いきいきと過ごしたい人ならどなたでも	20人	無料
バドミントン 交流広場	3月14日(木) 午後7時～9時 場所:1階コミュニティホール	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 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)

《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
健康太極拳サークル 体験教室	3月23日(土) 午後2時～3時 場所:1階コミュニティホール	健康のため、体を動かしませんか。 運動のできる服装と靴でお越しください。 講師:福岡玲子さん 対象:市内在住・在勤の女性	10人 (先着順)	無料

申し込み 3月22日(金)午後5時まで受け付けます。来館または電話・FAXで①事業名②氏名(ふりがな)③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)

ふるさとバス、コミュニティバスをご利用ください