

## 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
ビジネス力を育てる パソコン初級講座 (Excelの基礎)	6月3日(月)・5日(水)・6日(木)・ 7日(金)・10日(月)・12日(水)・ 13日(木) 全7回 午前10時～正午 場所:3階講習室	①ミニ講座「再就職を成功させるコツ」 「Excelの基礎」 概要説明、データ入力 ②表の作成 ③数式の入力 ④複数シートの操作 ⑤グラフの作成 ⑥データベースの 利用 ⑦復習 【パソコン無料貸し出し、持ち込み可】 講師:パルーンネット(株) 対象:再就職・転職などを考えている人	15人 (先着順)	受講料 1,800円 テキスト代 2,160円
「女子会カフェ」	6月6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。 ファミリーーター:たまきみち子さん 対象:女性限定	8人 (先着順)	無料
ママのおしゃべりサロン	6月13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 士と一緒にを行います。 【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
保存食講座 (減塩梅干しづくり)	①6月15日(土) 午後1時30分～3時 ②6月22日(土) 午前10時～午後3時の間の2時間程度 (1日目に時間の割り振りを行います) 場所:3階料理実習室	「安心して食べられるものを食卓に」をテーマに、伝えて いきたい我が家の味として、南高梅と亀岡の赤シソを使い、 減塩梅干しをつくります。 講師:たなかきょうこ 対象:2日とも受講できる人	30人 (先着順)	受講料 600円 材料費 1kg=1,800円 (梅、シソ、塩、 その他食品以外 の材料費含む)

申し込み 随時、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]☎24-0294☒24-3071

託児(生後6カ月から就学前までの乳幼児)、手話通訳、要約筆記の申込みは、希望事業の開催1週間前までに申し込んでください。  
(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	5月24日(金) 午後1時30分～3時 場所:1階会議室・集会室 受け付け:当日参加できます。	昔話や歌を楽しく手話で表わしてみましょう。 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	5月23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
きこえの広場	5月23日(木) 午後1時30分～3時30分 場所:1階会議室・集会室 受け付け:当日参加できます。	聞こえに不安のあるみなさんが気軽に集い交流します。日 常生活に必要な情報提供など。 *要約筆記(筆記通訳)、ヒアリンググループ(補聴器の聞こ えを補助するもの)を準備しています。 対象:中途失聴者、難聴者、関係者など(障害者手帳の 有無は問いません)	16人	無料
健康ひろば 脳トレ・転倒防止	5月25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) 受け付け: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
かんたん料理講座	5月30日(木) 午前10時～午後1時 場所:3階料理実習室 受け付け:5月27日(月)まで	簡単にできる料理法を学び、皆さんで「楽食」します。 講師:市川真由美さん 対象:障害のある人やその介助者・関係者など(障害者 優先)	16人	材料代 400円
わいわい パソコン広場①	6月3日・10日・17日・24日の月曜日 (全4回) 午前10時～正午 場所:1階機能回復訓練室(作業室)	パソコン入門 (Office2010以降のパソコン) 持ち物:ノートパソコン 講師:よしむらまことさん 対象:障害のある人やその介助者など(障害のある人優先)	16人	材料・資料代 実費
陶芸講座	5月31日、6月14日、7月12日、 8月30日、9月13日、10月11日、 11月8日・29日、12月13日、 2月14日、3月13日の金曜日(全11回) 午後1時30分～3時30分 場所:1階機能回復訓練室(作業室)	日常使いの器をつくろう。 講師:かわしましゅうせん 対象:障害のある人やその介助者など(障害のある人優先) *定員に満たない場合はどなたでも参加できます。	16人	材料代 100g 120円

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]☎24-0294☒24-3071

(障害福祉課)

買い物は、お近くの商店街など亀岡市内でしましょう