

心と体をリフレッシュ! 太極拳講座

- 日時(全6回) 4月19日・26日、5月17日・31日、6月7日・21日(全て火曜日) 午前10時～正午
- 対象 市内在住で、全て出席できる人
- 定員 20人(先着順)
- 講師 竹内キヌさん
- 申込方法 4月7日(木)までに電話で問へ。

日々を明るく!楽しく! ストップ!! 認知症講座

- 日時(全5回) 5月10日・24日、6月14日・28日、7月12日(全て火曜日) 午前10時～11時30分
- 対象 市内在住で、全て出席できる人
- 定員 15人(先着順)
- 講師 上西美喜代さん(湖南省認知症予防の会「野の花」代表)
- 申込み方法 4月15日(金)までに電話で問へ。

問三雲まちづくりセンター
☎72・4532 ☎71・2636

特集展示 東海道五十七次展

東海道五十三次に京街道の4宿を加えた五十七次の宿場の様子を浮世絵で紹介いたします。

- 期間 5月8日(日)まで 午前9時～午後4時30分(入館は午後4時まで)
- 場所 東海道石部宿歴史民俗資料館
- 休館日 毎週月曜日(祝日の場合は翌日)
- 入館料 大人350円(300円)、児童生徒150円(100円)
- ※()内は20人以上の団体料金

問生涯学習課(西庁舎)
☎77・6250 ☎77・6253

市民硬式テニス春季大会

- 日時 5月8日(日)
- 場所 雨山文化運動公園テニスコート

第12回市民ゲートボール大会

- 日時 5月28日(土)
- 場所 菩提寺運動広場

湖南省春季バドミントン大会

- 日時 5月29日(日)
- 場所 総合体育館

問湖南省体育協会
(石部文化総合センター)
☎77・3356 ☎77・3227

やしま講座【体験編】

～スマホにチャレンジ!～

- 「スマホ」、「アプリ」、「ライン」って?この機会に学びませんか。
- 日時(全3回) 5月8日・15日・22日(全て日曜日) 午前10時～11時30分
- 定員 15人
- 講師 岡本賢次さん
- 申込方法 4月28日(木)までに電話かFAX、または直接問へ。

問柑子袋まちづくりセンター
☎71・2560 ☎71・2561

いきいきスポーツデー

- 日時 4月15日(金) 午後7時～9時
- 場所 石部中学校体育館
- 内容 バドミントン、スラックライン、パドルテニス など

問生涯学習課(西庁舎)
☎77・7045 ☎77・6253

サンヒルズぱそこん塾

パソコンの基本操作、ワード・エクセル基礎から実践応用まで自分のペースで学べます。個別学習のサポートもします。

- 日時 毎週土曜日 午前10時～正午
- 受講料 1回700円
- 講師 NPO法人湖南ネットしが
- ※初めての人は事前に申し込んでください。

多肉植物の寄せ植え教室

人気の「多肉植物」を数種類使った寄せ植えです。個性的で可愛い多肉植物に触れて癒されませんか。管理方法や増やし方も教えます。

- 日時 4月22日(金) 午前10時30分～正午
- 定員 20人
- 受講料 2,000円
- 持ち物 ピンセットか割り箸、持ち帰り用の袋
- 講師 花屋かずろう王国
- 申込方法 4月15日(金)までに問へ。



▲イメージ

問市民学習交流センター(サンヒルズ甲西) ☎75・8190 ☎75・8192

ふっくら・ふっくらのお会

わらべうたなどを通して、ほんわかした気持ちで子育てができるようお手伝いします。

- 日時(全6回) 4月20日、5月25日、6月22日、7月20日、8月31日、9月21日(全て水曜日) 午前10時～11時30分
- ※うち1回は離乳食のお話です。
- 場所 柑子袋会館
- 対象 4月20日現在で6か月未満の子どもと保護者、今後出産予定の人
- 定員 10組(先着順)
- 講師 河野由子さん、福井香保里さん
- 申込方法 4月13日(水)までに問へ。



問柑子袋会館
☎72・2993

IT使いこなし講座

わかりやすいWindows10基本講座

- 基本操作、便利な設定方法を学びます。
- 日時 4月23日(土) 午後1時30分～3時30分
- 定員 10人
- 受講料 1,000円
- 講師 NPO法人湖南ネットしが
- 申込方法 4月22日(金)までに問へ。

きらめキッズ講座

母の日のブリザーブドフラワー

およそ2年間きれいな状態で楽しめます。母の日に感謝を込めて、手作りのプレゼントを作りませんか。



- 日時 5月7日(土) 午前10時～正午
- 対象 小学生以上(小学校1・2年生は要保護者同伴)
- ※大人も参加できます。
- 定員 15人
- 受講料 800円(中学生以上2,000円)
- 持ち物 はさみ、ピンセット、持ち帰り用の紙袋
- 講師 井上茜さん
- 申込方法 4月28日(木)までに問へ。

子育てリフレッシュタイム

毎日の子育てに追われているあなた。子どもを預けて、自由な時間を過ごしてみませんか。

- 日時 5月9日(月)
午前9時30分～正午
- 場所 女性センター
- 対象 市内在住か在勤で、生後4か月以上の未就学の子どもがいる保護者
- 定員 子ども10人(先着順)
- 参加費 子ども一人につき400円(保険料含む)
- 持ち物 飲み物、着替え、バスタオル、ビニール袋 など
- 保育者 保育サービス「ぼっぼ」
- 申込方法 月～土曜日に電話で☎へ。

☎女性センター
☎72・8588

パソフレ講座

「ITサロン」(パソコン相談)

「パソコンのこと、誰に聞いたら良いのか分からない…」という人もご相談ください。

- ◆4月7日(木)
三雲まちづくりセンター
 - ◆4月8日(金)、5月13日(金)
ふれあいの館(石部東)
 - ◆4月15日(金)、5月20日(金)
鳩の街市民交流スペース
(平和堂石部店2階)
 - ◆4月22日(金)、5月27日(金)
市民学習交流センター
(サンヒルズ甲西)
- ※時間は全て午後1時30分～3時
※パソコンを持参してください。
※ほかにも困り事や希望などがあれば気軽に連絡してください。

☎NPO法人パソフレ
谷 ☎75・0063
☎090・8125・2721
鈴木☎75・5466
☎http://www.pasofure.org/

親子でチーパッパ すずめの学校

月1回いろいろなボランティアグループと楽しく遊ぶ教室です。

- 日時(全12回)
【1回目】4月14日(木)
午前10時～正午
- ※2回目以降も毎月第2木曜日
- 場所 湖南省「ふれあいの館」
- ※駐車場スペースが少ないため、できるだけ乗り合わせかコミュニティバスでお越しください。
- 対象 1年間通して参加できる就園1年前の子どもと保護者
- 定員 20組(先着順)
- 持ち物 お茶、おやつ代(1回100円)

☎ボランティアセンター
(社会福祉センター)
☎72・1523
湖南省「ふれあいの館」
☎77・6001 ☎77・6006

生活支援サポーター講座

高齢化が進むなか、地域でちょっとしたお手伝いや声かけができれば安心です。どんなことができるか学んでみませんか。

- 日時・内容
- ①4月19日(火)…生活支援サポーターなぜ必要?～高齢者が望む生活とは～
- ②5月10日(火)…高齢者との関わり方の基本マナー～相手を尊重、コミュニケーション～
- ③5月25日(水)…湖南省の高齢者と介護情報
- ④6月7日(火)…介護の基礎
- ⑤6月21日(火)…最近の高齢者被害
時間は全て午後1時30分～3時30分
- 場所 社会福祉センター

☎ボランティアセンター
(社会福祉センター)
☎72・1523
社会福祉協議会
☎72・4102 ☎72・8898

シルバーウクレレ教室

ウクレレを弾いて、歌って一緒に楽しみませんか。

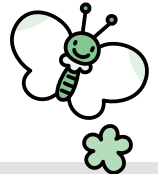
- 日時 毎月第2・4木曜日
午後1時30分～3時30分
- 場所 社会福祉センター

ボランティアの親子サロン

～親子で楽しむ音楽遊び～

想像力豊かなのびのびした子に育ててほしい…そんな願いと一緒にゆっくり親子で楽しい時間を過ごしましょう。

- 日時 5月10日、6月7日、7月12日、9月13日、10月11日、11月8日、12月13日、1月10日、2月14日、3月14日(全て火曜日)
午前10時30分～11時30分
- 場所 社会福祉センター
- 対象 就園までの親子
- 定員 20組
- 参加費 1回100円
- 指導 宇野保子さん(日本ミュージックケア協会)
- 申込方法 4月28日(木)までに電話かFAXで☎へ。



☎ボランティアセンター
(社会福祉センター)
☎72・1523

若年認知症交流会

～たこ焼きの会～

若年認知症の人とその家族の交流会です。仲間と交流し、一緒に楽しい時間を過ごしませんか。

- 日時 4月17日(日)
午前11時～午後2時
- 場所 中央デイサービスセンター
しんあい(中央4丁目93番地)

☎中央デイサービスセンターしんあい(担当:芦田)
☎72・6889