

新型コロナウイルス感染防止のため、変更・中止になる場合があります。最新情報は電話やホームページなどでご確認ください。

記号の意味 日日時 場所 対象 内容 講師 期募集・受付期間 費用 持ち物 託託児 休休み
申込 ☎電話 ☒窓口 ☓郵便 FAXファックス ☒E-mail ☒インターネット
定員 (先着 抽 定員を超えると抽選) 問い合わせ (☎電話番号・FAXファックス・☒E-mail)



みつきいナビ

人権の目

募集

相談

健康

教室・講座

子育て

くらし

カメラ日記

催し

施設

教室・講座

高齢者生きがいセミナー

- ①東播磨・神戸市の観光地を訪ねて
②はじめてのスマホ決済+スマホ活用術
③聞こえにくい人にやさしいまちづくり
日 ①11月13日(金) 午前9時~午後5時
②11月16日(月) 午前10時30分~午後0時30分
③12月7日(月) 午前10時~11時30分
場 高齢者福祉センターほか
対 市内在住の60歳以上
期 11月2日(月)、4日(水)、5日(木)
費 無料(①は別途負担金2,200円が必要)
申 ☎窓
定 抽 ①31人 ②20人 ③30人
問・申込 高齢者福祉センター ☎86-0800



高齢者ファミリーサポートセンター

日常生活を手助けしてほしい高齢者(依頼会員)と手助けしたい方(協力会員)が会員登録をし、支えあう活動をしています。

- 場 吉川健康福祉センター
申 ☎窓 FAX 住所、氏名、電話番号を明記し、申し込んでください。
問・申込 高齢者ファミリーサポートセンター ☎83-7300 FAX 86-0860



説明会

- 日 12月4日(金) 午後1時30分~2時30分
対 会員登録してみたい方、興味・関心のある方
内 会員登録の方法、活動内容、報酬など

協力会員養成講座

- 日 12月4日(金) 午後2時30分~3時30分
対 協力会員登録したい方
内 協力会員としての心得を学ぶ

頭の健康チェック

- 日 ①11月18日(水) ②11月26日(木) 午前10時~午後4時
場 中央地域包括支援センター
①西部サブセンター (ハートフルプラザ2階)
②吉川サブセンター (吉川健康福祉センター)
内 20分程度の対話形式の記憶力チェック、結果説明、健康相談
期 ①11月2日(月)~17日(火) ②11月2日(月)~25日(水)
申 ☎窓 定 先 各5名
問・申込 中央地域包括支援センター
①西部サブセンター ☎83-0160
②吉川サブセンター ☎72-2222

家族介護者交流会

- 日 11月19日(木) 午後1時~
場 教育センター
3階セミナー室2
対 高齢者のお世話をしている方、していた方
内 情報交換会
期 11月2日(月)~17日(火)
問・申込 (市)介護保険課 介護予防係

パソコン要約筆記チャレンジ講座

- 日 12月11日、令和3年1月8日、2月12日(金曜 全3回) 午後1時30分~3時30分
場 市民活動センター
内 パソコンを使った要約筆記チャレンジ体験、聴覚障がいとその支援についての講座
期 11月30日(月)まで
申 ☎窓 FAX 住所、氏名、電話番号、ファックス番号を明記し、申し込んでください。
問・申込 (市)障害福祉課 FAX 82-9943



成年後見支援センター

- 申 ☎窓 FAX 住所、氏名、電話番号を明記し申し込んでください。
問・申込 ☎83-0226 FAX 86-0860
☒chiiki@miki.or.jp

成年後見制度&日常生活自立支援事業を知る市民講座

- 日 11月25日(水) 午後2時~3時30分
場 中央図書館
講 岩崎隼人さん(司法書士)
期 11月2日(月)~24日(火)
定 先 15名

映像で学ぶ!

- はじめての「成年後見制度」
日 11月27日(金) 午前10時~11時
場 自由が丘公民館
期 11月2日(月)~26日(木)

卓球スクール レベルアップコース

- 日 12月7日~[月曜(月4~5回)] 午後7時~9時
場 福井コミュニティセンター
対 市内の小中学生
内 ラリーはできるが、さらにレベルアップしたい方
期 11月30日(月)まで
費 1,000円/1カ月
持 ラケット、体育館シューズ
申 ☎窓
定 先 若干名
問・申込 福井コミュニティセンター ☎82-7300



キッズスポーツラボ教室

- 日 水曜(月4回) 午後4時~5時
場 三木山総合公園 総合体育館
対 年中~年長の幼児
内 運動嫌いにならないための運動教室(定期開講)
費 1,100円/回
持 運動用の服、上履き、タオル、飲料
申 ☎窓
定 先 20名
問・申込 三木山総合公園 総合体育館 ☎83-4445

ヨガ教室

- ①パワーヨガ
②ママヨガ
日 ①水曜 午後7時~8時 ②月曜 午前11時~正午
場 三木山総合公園 総合体育館
対 ①18歳以上 ②18歳以上の女性
内 ①脂肪燃焼をめざすヨガ ②産後の引締め、骨盤調整
講 千葉千衣子さん
費 ①1,200円/回 (3カ月(12回)分を前払い。体験の方 1,500円/回)
②1,100円/回
持 運動用の服、タオル、飲料
申 ☎窓
問・申込 三木山総合公園 総合体育館 ☎83-4445



Hello Friends [ALT (外国語指導助手) 英会話サービス]



▲(市)ホームページから視聴できます

問 (市)学校教育課 教職員係

男女共同参画センター くらぼーよ

- 問 ☎89-2331
男女共同参画セミナー 出前講座 家族で取り組む生前整理・老前整理
日 11月17日(火) 午前10時~11時30分
場 別所町公民館
講 魚林佐起子さん (整理収納アドバイザー)
申 ☎窓 FAX
申込 別所町公民館 ☎82-0072 FAX 82-9635

弁護士による法律セミナー 離婚にまつわるお金の話

- 日 11月25日(水) 午前10時~11時30分
場 教育センター 4階大研修室
講 吉倉美加子さん(弁護士)
期 11月2日(月)~
申 ☎窓 FAX 定 先 40名
申込 男女共同参画センター くらぼーよ ☎89-2331

上級救命講習

- 日 11月29日(日) 午前9時~午後5時
場 消防本部
内 AEDを用いた心肺蘇生法に加え、応急処置など。筆記試験、実技試験
申 ☎窓 定 先 20名
問・申込 (市)消防署 救急救助課 ☎89-0173

生徒募集中!! そろばん 三木珠算連盟 (三木商工会議所内) 三木市本町2丁目1-18 TEL.0794-82-3190
三木地区 北門珠算塾 ☎83-1739
宮田珠算教室 ☎82-1778
自由が丘、志染・緑が丘、自由地区 ☎82-1778
自由ヶ丘珠算教室 ☎85-4315
定そろばん教室 ☎85-3153
大倉珠算塾 ☎84-1559
大野・別所地区 永畑珠算学院 ☎85-1630
タカノ珠算教室 ☎079-3956
細川、吉川地区 椿原珠算塾 ☎86-2386
平田珠算塾 ☎73-1773
そろばんは 昔も今も これからも