

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 休休み
申 申込 (☎電話 ☒窓口 ☓郵便 FAXファックス ☒E-mail ☒インターネット)
定 定員 (先着 抽 定員を超えると抽選) 問 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

健康

相談

募集

教室・講座

子育て

くらし

催し

施設

教室・講座

日本語ボランティア養成講座(オンライン講座)

日 2月21日(日)
①午前10時~正午(初級クラス)
②午後1時~3時(中級クラス)
対 ZOOMを利用できる環境にある方で、①初心者の方、②経験者の方
内 外国人の日本語学習を支援する理論と実践方法を学ぶ
講 三木知津子さん
期 2月15日(月)まで
申 ☒住所、氏名、電話番号、希望のクラスを明記し、申し込んでください。
定 ☒各20名
問・申込 国際交流協会 ☎89-2318 ☒kokusai@city.miki.hyogo.jp

はじめての手話講座

日 3月4日(木) 午後1時~3時
場 市民活動センター 2階視聴覚室
対 市内在住または在勤で手話に関心がある方
内 聴覚障がいがある方への接し方や手話を学ぶ【要約筆記あり】
期 2月25日(木)まで
申 ☒住所、氏名、連絡先(電話番号かFAX番号)を明記し、申し込んでください。
定 ☒20名
問・申込 (市)障害福祉課 障害者支援係 ☎82-9943

聴覚障がい者と聞こえる人が共に生きる三木市をめざしています



障害平等研修

日 2月27日(土) 午後1時30分~3時
場 市役所 5階大会議室
内 『障がいは「どこ」にある?』バリアをなくすための方法などを考えるワークショップ型研修【手話通訳・要約筆記あり】
講 藤本あさみさん
期 2月19日(金)まで
申 ☒住所、氏名、連絡先(電話番号かFAX番号)を明記し、申し込んでください。
定 ☒70名
問・申込 (市)障害福祉課 障害者支援係 ☎89-2449

市民企画講座 専業主婦の幸せ生活計画

日 3月2日(火) 午前10時~午後0時30分
場 教育センター 4階中研修室
対 就学前の子どもを育児中の母親
内 家事育児を抱え込まないための方法や、子育てと仕事の両立方法などを学ぶ講座(主催:幸せママプロジェクト)
託 1歳~就学前 [期 2月15日(月)]
申 ☒12名
問・申込 男女共同参画センター こらぼーよ ☎89-2331



小物入れケース作り

日 2月20日(土) 午前9時~正午
場 自由が丘中公園バス待合施設(わくわくステーション)
期 2月6日(土)まで
費 900円(材料費込、ドリンク付)
申 ☒住所、氏名、電話番号を明記し、申し込んでください。
問・申込 自由が丘中公園バス待合施設(わくわくステーション) ☎87-0989 ☎673-0552 志染町中自由が丘 2丁目372-13



みつきい援農隊 ブルーベリー援農隊

日 3月9日(火)~ (9月までの火曜、全10回) 午前10時~正午
場 里脇ぶどう園
対 ブルーベリーの栽培を手伝える方(希望者は後日募集するオーナー制に参加可、要別途費用)
内 農家の作業を手伝いながら(援農)、ブルーベリーの肥培管理や収穫など
期 2月19日(金)まで 定 ☒20名
問・申込 (市)農業振興課 農業政策係 ☎82-9613



パワーアップヨガ

日 3月6日(土) 午前10時~11時
場 福井コミュニティセンター
対 20歳以上の女性
内 初級者向けの、免疫力・気力アップをめざすヨガ
講 Ayaさん
期 2月26日(金)まで
費 500円
持 ヨガマット(レンタルあり)、大きめのバスタオル、動きやすい服、飲料
申 ☒15名
問・申込 福井コミュニティセンター ☎82-7300



シニアウォーキングラボ 教室

日 金曜(月4回) 午前10時~11時
対 45歳以上
内 歩行寿命延伸のための運動教室(定期開講) 費880円/回
持 運動用の服、上履き、タオル、飲料
申 ☒30名
問・申込 三木山総合公園 総合体育館 ☎83-4445

ダンロップ テニススクール三木山

日 木曜以外
場 三木山総合公園 テニスコート
対 5歳以上
内 年齢やレベルに応じ、様々なクラスがあります。詳細は問い合わせてください(無料体験レッスン実施中)。
費 6,600円~1月
申 ☒各8名
問・申込 ダンロップ テニススクール三木山 ☎83-4309

高齢者生きがいセミナー

①買う前のスマートフォン体験教室
②はじめてのスマホ決済+スマホ活用術
③自宅で楽しむスマホ活用術
日 ①2月8日(月) ②3月1日(月) ③3月2日(火) 午前10時30分~午後0時30分
場 高齢者福祉センター
対 市内在住の60歳以上
期 2月3日(水)まで
申 ☒各20名
問・申込 高齢者福祉センター ☎86-0800

映像で学ぶ! はじめての「成年後見制度」

出前講座も随時受付中
日 2月26日(金) 午前10時~11時
場 吉川健康福祉センター
期 2月25日(木)まで
申 ☒住所、氏名、電話番号を明記し、申し込んでください。
問・申込 成年後見支援センター ☎83-0226 ☎86-0860 ☒chiiki@miki.or.jp

頭健康チェック

日 ①2月17日(水) ②2月25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(ハートフルプラザみき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 ①2月16日(火)まで ②2月24日(水)まで
申 ☒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 2月18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 2月16日(火)まで
問・申込 (市)介護保険課 介護予防係

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 自由が丘公民館
申 ☒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 ☎86-0860



説明会

日 2月24日(水) 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 2月24日(水) 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