

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

教室・講座

看取りの市民講座
最期まで自分らしく生きる
ために

終末期を支える医療アドバイ
スを聞き、今すべきことを考え
てみませんか。

日 2月17日(土) 午後2時~4時
受付: 午後1時30分~

場 総合保健福祉センター
2階研修室

内・体験発表 山北威久子さん
・講演 黒田昭さん
(三木市医師会長)

期 1月5日(金)~2月13日(火)

費 無料

申 ☎☎住所、氏名、電話番号を
明記し、申し込んでください。

定 ☎80名

問・申込 (市)介護保険課 中央地
域包括支援センター
☎82-5500
☐kaigo@city.miki.lg.jp

伴走・伴歩ボランティア
養成講座



日 1月21日(日) 午後1時~3時
受付: 午後0時30分~

場 市民活動センター ほか

内 視覚障がいについて学ぶ、視
覚に障がいがある方の手引
き、伴走・伴歩実習

講 ひょうご伴走歩協会

費 500円

持 筆記用具、動きやすい服装

申 ☎☎住所、氏名、年齢、
電話番号を明記し、申し込
んでください。

定 ☎20名

問・申込 ボランティア活動プラ
ザみき
☎83-0090 ☎82-6666
☐mvsc@miki.or.jp

椅子ヨガ講座

椅子さえあれば自宅でできる
椅子ヨガをしませんか。

日 2月6日(火)

午後1時30分~3時30分

場 教育センター 4階大研修室

対 市内在住でおおむね40歳以上

講 山田いずみさん (シニアヨガ
インストラクター)

期 1月4日(木)~31日(水)

費 無料

持 筆記用具、動きやすい服装

申 ☎☎住所、氏名、年齢、電話
番号、講座名を明記し、申し
込んでください。

定 ☎80名
問・申込 (市)介護保険課 介護
予防グループ
☎82-5500
☐kaigo@city.miki.lg.jp

自然観察会



冬の美囊川で身近な野鳥を観
察しませんか。

日 2月4日(日)

午前9時30分~正午

集 合 場 所 JAみのり三木営
農経済センター駐車場 (別所
町花尻1-174)

講 網中勇二さん ほか

持 防寒着、あれば双眼鏡・図鑑

申 ☎☎住所、氏名、年齢、電話
番号、講座名を明記し、申し
込んでください。

定 ☎30名
問・申込 (市)環境政策課 環境政
策・消費者行政グループ

子育て

みき人形劇リレー

日 1月28日(日)

午前11時~11時30分

場 中央図書館 1階視聴覚室

内 人形劇バオバブによる「こん
たのおつかい」、「3つの願い」

定 満員の場合は

入場を制限し

ます。

問 中央図書館

☎83-1313



チャイルドシートの「引き取り」
&「貸し出し」

幼児用シート (ISOFIX型)の
寄贈をお願いします。ボラン
ティアも募集中。

日 1月27日(土)

午前9時30分~11時

場 市役所北玄関

期 1月26日(金)まで

申 ☎☎住所、氏名、年齢、電話
番号、講座名を明記し、申し
込んでください。

定 ☎13台
(12月21日現在。2月分受付可)
問・申込 (市)環境政策課 交通
防犯グループ



児童センターからのお知らせ
問・申込 ☎82-2069 休 第4木曜

・開館時間 午前9時~正午 午後1時~5時
・申込時間 午後1時~4時30分 (5日以降)

ママのおしゃべりタイム

日 ①1月15日(月) ②1月18日(木)

午前10時30分~正午

場 ①別所町公民館 ②自由が丘
公民館

対 子育て中の方ならどなたでも
妊娠中の方も一度見学にお越
しください。

ベビーマッサージ

日 1月18日(木) 午前10時30分~正午

場 教育センター

対 実施当日3~4カ月の乳児と母親

講 宮城綾さん

持 バスタオル

申 ☎☎住所、氏名、年齢、電話
番号、講座名を明記し、申し
込んでください。

定 ☎10組



母親リフレッシュ教室
「リラックス ヨガ」

日 1月31日(水) 午前10時~11時30分

場 児童センター

対 子育て中の母親

講 五百蔵ゆうひさん

持 動きやすい服装、タオル

申 ☎☎住所、氏名、年齢、電話
番号、講座名を明記し、申し
込んでください。

定 ☎16名

託 ☎1歳以上(期)1月17日(水)まで

赤ちゃんのための初めてキャラ
バン「ファースト」(申込制)

日 2月6日、13日、20日

(火曜、全3回)

午前10時~11時

場 児童センター プレイルーム

対 平成29年8~10月生まれの乳
児と母親

持 バスタオル

申 ☎☎住所、氏名、年齢、電話
番号、講座名を明記し、申し
込んでください。

吉川児童館からのお知らせ

問・申込 ☎72-2220 休 日・月曜

・開館時間 午前9時~正午 午後1時~4時30分
・申込時間 午後1時~4時30分

やってみよういろいろ体験
簡単マジック(手品)
~誰でもできるマジックショー~

日 1月20日(土)

午前10時~11時50分

場 吉川児童館

対 小学生

講 西本弘子さん

期 1月18日(木)まで

申 ☎☎住所、氏名、年齢、電話
番号、講座名を明記し、申し
込んでください。

定 ☎12名



児童センター・吉川児童館 お知らせ

午前7時の時点で三木市に警報が発
令されている場合は事業は中止です。

1月 遊びに来てね!
子育てキャラバン

保育士による絵本の読み聞かせ
やふれあい遊びなど楽しいひと
時を過ごしませんか。

時間は10:00~11:30



問 児童センター ☎82-2069
吉川児童館 ☎72-2220

日時・内容	場所
1/10☎	自由が丘公民館
1/12☎ 親子ヨガ	ハートフルプラザみき (旧市民病院管理棟3階)
1/18☎	緑が丘町公民館
1/24☎	細川町公民館
おもちゃで遊ぼう	青山公民館
日 1/11☎ 9:30~10:50	
日 1/17☎	児童センター
赤ちゃんあつまれ 日 1/30☎	
すくすくひろば(誕生会・お正月あそび) 日 1/9☎	
あかちゃんひろば(お正月あそび) 日 1/16☎ 10:30~	吉川児童館
わくわくひろば(節分あそび) 日 1/26☎	

FM Miki FM Radio Station
76.1MHz エフエムみつきい

今年もわたしたちが
お届けします
どうぞよろしく
お願いいたします

シニアのための
脳イキキセミナー

お申込はお電話で ☎パソコン教室パソノワ (0794)88-6686 広告
お申込締切: 1/15(月)

講師 光岡 眞里

主催 ◆特定非営利活動法人
介護予防で日本を元気にする会
〒814-0001 福岡市早良区百道浜2-2-22
電話・FAX: (092)980-1652

後援 ◆社会福祉法人
三木市社会福祉協議会

1/18(木) 定員 60名
13:30~15:30 参加無料

三木商工会議所4階 大会議室
(三木市本町2丁目1番18号)

あなたの作りたい資料を教室で作成 OK!
学習者様の立場を考えた10時間単位の回数券!

小中高 小学生から始める プログラム言語: スクラッチ・VB
プログラミング 月4回/1回60分 月謝9,000円

ホームページもシステムも教室で講師と一緒に制作できます! 低価格

パソコン塾 e-TOMO
三木市大塚1丁目3番44号 大塚公園会館前
代表: 0794-82-1078 URL: e-tomo.boj.jp

資格 自治会資料 会社資料 イラストレータ CAD資料 など持込可

一流の学習ノウハウが揃っています
◎学習科目 公務員 宅建 簿記 経理 社労士 医療事務 FP