

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をご確認ください。

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

くらし

健康

相談

募集

教室・講座

子育て

催し

施設

教室・講座

頭の健康チェック



- 日 ①7月8日(木)  
 ②7月21日(水)  
 ③7月29日(木)  
 午前10時～午後4時
- 場 ①中央地域包括支援センター (市役所3階)  
 ②西部サブセンター (ハートフルプラザみき2階)  
 ③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 ①7月7日(水)まで  
 ②7月20日(火)まで  
 ③7月28日(水)まで
- 申 ☎
- 定 ☓各5名
- 問・申込 ①中央地域包括支援センター ☎89-2337  
 ②西部サブセンター ☎83-0160  
 ③吉川サブセンター ☎72-2222

普通救命講習(Ⅰ)(Ⅱ)

- (Ⅰ)基礎的な心肺蘇生やAEDを使った講習など  
 (Ⅱ)(Ⅰ)に加え、筆記試験や実技試験
- 日 (Ⅰ)7月10日(土) 午前9時～正午  
 (Ⅱ)7月11日(日) 午前9時～午後1時
- 場 消防本部 申 ☓窓
- 定 ☓各20名
- 問・申込 (市)消防署 救急救助課 ☎89-0173



三木山総合公園

総合体育館 問・申込 ☎83-4445 休 木曜

三木山テニススクール

- 日 木曜以外
- 場 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。
- 費 6,600円~/月
- 申 ☎
- 定 ☓各8名
- 問・申込 三木山総合公園 ☎83-4309

パワーヨガ

- 日 水曜 午後7時～8時
- 対 18歳以上
- 内 脂肪燃焼をめざすヨガ
- 講 千葉千衣子さん
- 費 1,200円/回 (3カ月間の回数分月謝制)
- 持 運動用の服、タオル、飲料
- 定 ☓30名

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
- 定 ☓30名



キッズスポーツラボ教室

- 日 水曜(月4回) 午後4時～5時
- 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
- 定 ☓20名

甲種防火管理新規講習

- 防火管理者になるための資格を取得する講座
- 日 8月19日(木)、20日(金) 午前9時30分～午後4時30分
- 場 消防本部 対 18歳以上
- 期 7月5日(月)～16日(金)
- 費 5,000円 申 ☓窓 定 ☓50名
- 問・申込 (市)消防本部 予防課 ☎89-0171

高齢者生きがいセミナー  
 さんやそう  
 山野草の寄せ植え

- 日 7月12日(月) 午前10時～11時30分
- 場 高齢者福祉センター
- 対 市内在住の60歳以上
- 期 7月5日(月)まで
- 費 2,000円(材料費など)
- 申 ☓窓 定 ☓15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」

- 日 7月16日(金) 午前10時～11時
- 場 市役所5階 会議室
- 期 7月15日(木)まで
- 申 ☓窓 ☒住所、氏名、電話番号を明記し、申し込んでください。出前講座も随時受付中
- 問・申込 成年後見支援センター ☎83-0226  
 ☒86-0860  
 ☒chiiki@miki.or.jp



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

三木商工会議所

問・申込 ☎82-3190 FAX 82-3192  
 〒673-0431 本町2丁目1-18  
 申 ☓窓 ☒住所、氏名、電話番号、講座名を明記し、申し込んでください。

木の実の炭や竹炭を使った  
 アレンジメント講座

- 日 8月4日(水) 午後1時～2時
- 場 三木商工会館 4階研修室
- 対 小学生以上
- 内 木の実・割箸の炭、竹炭などを籠やガラスの器にアレンジ
- 講 立岩加おるさん
- 期 7月28日(水)まで
- 費 880円/作品(1人2作品まで)
- 定 ☓15名



アロマオイルで作る  
 マスクスプレー&香りジェル

- 日 8月18日(水) 午後1時30分～3時
- 場 三木商工会館 4階研修室
- 内 殺菌・抗菌作用のある天然精油を使った、自宅で簡単に作れるマスクスプレーと香りのジェル作り
- 講 稲田光夕希さん
- 期 8月11日(水)まで
- 費 1,000円 持 手拭きタオル
- 定 ☓20名



国際交流協会

問・申込 ☎ FAX 89-2318 ☒kokusai@city.miki.hyogo.jp  
 申 ☓窓 ☒住所、氏名、電話番号を明記し、申し込んでください。

にほんごボランティア  
 養成講座

- 日 7月19日(月) 午後7時～8時30分
- 場 教育センター 4階大研修室
- 対 日本語ボランティア経験者(未経験者も見学可能)
- 内 日本語ボランティアの心得や学習支援方法
- 講 福井武司さん
- 期 7月16日(金)まで
- 定 ☓50名

にほんごであそぼう

- 日 7月25日(日) 午前10時30分～11時30分
- 場 教育センター 4階大研修室
- 対 外国にルーツをもつ親子
- 内 日本語の絵本の読み聞かせ
- 期 7月16日(金)まで
- 定 ☓10組

子ども英語暗唱大会

- 日 8月21日(土) 午後1時～3時
- 場 中央公民館 4階大ホール
- 内 課題文6文から1文を選び暗唱
- 期 7月23日(金)まで
- 詳しくは、国際交流協会ホームページ、フェイスブックをご覧ください。
- 定 ☓小学生30名  
 中学生10名



▲ホームページはこちら

**SUZUKI** 三木スズキ

**愛車 無料点検実施中!**

R175 エディオンさんすぐ隣!

〒674-0404 三木市大村1089 ☎0794-86-1900

**エムクライム ワークス** 広告

株式会社 エムクライム

**急な故障や 修理もお任せ下さい!**

三木警察署 目の前!

〒673-0405 三木市平田251-1 ☎0794-86-0505