

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)先着 (抽)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

健康

相談

くらし

募集

人権の目

催し

教室・講座

子育て

カメラ日記

施設

教室・講座

家族介護者交流会

日 10月21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 10月19日(火)まで
申 ☎ ☒
問・申込 (市)介護保険課
介護予防係

映像で学ぶ！
はじめての「成年後見制度」

日 10月22日(金)
午前10時～11時
場 ハートフルプラザみき
3階中講座室
期 10月21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。
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
FAX 86-0860
☒chiiki@miki.or.jp

中高年コンピューター教室
「はじめの一步から年賀状
作成まで」

日 11月15日(月)～18日(木)
午前10時～11時30分
場 教育センター
3階情報教育研修室
対 市内在住・在勤でパソコン初
心者の方
期 10月25日(月)まで
費 500円 申 ☎ ☒ ☒
定 ☒ 6名
問・申込 教育センター
☎83-2020
FAX 82-5881

頭の健康チェック

日 ①10月14日(木)
②10月20日(水)
③10月28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 ①10月13日(水)まで
②10月19日(火)まで
③10月27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



組み紐教室

日 10月25日(月)、11月22日(月)、
12月20日(月)
午前9時～11時(全3回)
場 中央公民館
対 18歳以上
内 プレスレットを作ろう
講 赤松篤さん
期 10月15日(金)まで
費 6,000円(材料費3回分)
持 ハサミ 申 ☎ ☒
定 ☒ 5名
問・申込 中央公民館
☎82-2007



みつきい☆家事ヘルパー
養成研修

日 11月9日(火)、10日(水)
午前9時～午後4時30分
(10日は5時まで) [全2回]
家事ヘルパーとして就労する
には、全日程を受講する必要あり。
場 市役所 5階大会議室
対 市内ヘルパー事業所などで働
きたい方、介護の仕事をした
い方、初心者の方
内 簡単なヘルパー業務に就くため
の研修。介護保険制度や高齢者
の体の状態などについて学ぶ。
期 11月5日(金)まで
費 1,430円(テキスト代)
申 ☎ ☒ ☒ ☒
市役所3階介護保険課、吉川支
所、各市立公民館、市ホーム
ページにある申込書に必要事
項を明記し申し込んでください。
定 ☒ 30名
問・申込 (市)介護保険課
介護予防係
FAX 82-5500

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)10月9日(土)
午前9時～正午
(Ⅱ)10月10日(日)
午前9時～午後1時
場 消防本部 申 ☎ ☒
定 ☒ 各20名
問・申込 (市)消防署 救急救助課
☎89-0173



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

女性のための
出前チャレンジ相談

日 11月15日(月)
①午前9時～9時50分
②午前10時～10時50分
③午前11時～11時50分
場 教育センター 3階セミナー室2
対 再就職や起業、地域活動など新し
いことにチャレンジしたい女性
申 ☎ ☒ ☒ ☒ 住所、氏名、電話番
号、希望時間を明記し、申し込
んでください。
定 ☒ 3名
問・申込 男女共同参画センター
こらぼーよ
☎FAX 89-2331
☒jinken@city.miki.lg.jp

市民企画講座
「どうやって生まれてきたの?」
どう伝える?命を受け継ぐプログラム

日 11月13日(土)
午前10時～11時30分
場 教育センター 4階大研修室
対 未就学児～小学校低学年の子ど
もとその保護者(保護者のみも可)
内 命の誕生やその仕組みにまつわ
る事柄の伝え方などを学ぶ
講 瀬川映太さん
申 ☎ ☒ ☒ ☒ 住所、氏名、電話番
号を明記し、申し込んでくださ
い。
託 小学2年生まで [期 11月5日
(金)]
問・申込 男女共同参画センター
こらぼーよ
☎FAX 89-2331
☒jinken@city.miki.lg.jp

三木山総合公園
総合体育館

問・申込 ☎83-4445 休 木曜

テニススクール三木山

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 ☒ 8名
問・申込 三木山総合公園
☎83-4309



兵庫教育大学との連携講座
「しつけ(躾)」は誰が担ってきたか

日 10月30日(土) 午後1時30分～3時
場 中央図書館 視聴覚室
内 江戸時代以来の日本で、誰がど
のように子どもや若者に教育力
を及ぼしていたのかについて、
家庭、地域、学校のあるべき協
力関係を考える糸口を提供しま
す。手話通訳、要約筆記あり。
期 10月22日(金)まで
申 ☎ ☒ ☒ ☒ 住所、氏名、電話
番号を明記し、申し込んでくださ
い。
定 ☒ 20名
問・申込 (市)企画政策課
企画政策係
FAX 82-9755
☒kikakuseisaku@city.
miki.lg.jp

初級卓球教室

日 火曜 午前11時～午後0時30分
対 18歳以上
内 卓球を始めたい方(定期開講)
費 550円/回
持 運動用の服、上履き、タオル、飲
料(ラケットの貸出可)
定 ☒ 10名



キッズスポーツラボ教室

日 水曜 午後4時～5時
対 年中～年長の幼児
内 運動嫌にならないための
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



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

広告 ポスター、店舗・電飾看板(遠方設置出張OK)、横断幕・懸垂幕、のぼり
掲示板、案内板、うちわ、ポケット・ウェットティッシュ
PR広告、名刺、マグネットステッカー、ポップチラシ 他
看板創造屋 アトリエKOBA 兵庫県加東市中古瀬612-2 TEL(0795)43-0355