

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 場所 対 対象 内 内容 講 講師 期 募集・受付期間 費 費用 持 持ち物 託 託児 休 休み
 申 申込 ☎ 電話 ☏ 窓口 郵 郵便 FAX ファックス E-mail インターネット
 定 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

教室・講座

みつきいナビ

相談

健康

教室・講座

募集・採用

催し

子育て

施設

普通救命講習

日 ①9月10日(土) 午前9時～正午
 ②9月11日(日) 午前9時～午後1時
 内 ①基礎的な心肺蘇生やAEDを使った講習など
 ②①に加え、筆記試験や実技試験
 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

頭の健康チェック

日 ①9月8日(木) ②9月21日(水) ③9月22日(木)
 午前10時～午後4時
 内 20分程度の対話形式の記憶力チェック、結果説明、健康相談など
 期 各開催日の2日前まで
 申 ☎ 定 ☎ 各5名
 場・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

家族介護者交流会

日 9月15日(木) 午後1時～3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 介護セミナー「質の良い睡眠のはなし」
 期 9月13日(火)まで 申 ☎ 窓
 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 9月16日(金) 午前10時～11時
 場 緑が丘町公民館
 期 9月15日(木)まで
 申 ☎ 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 成年後見支援センター ☎83-0226
 FAX 86-0860 ☒ chiiki@miki.or.jp

高齢者生きがいセミナー

①チョット知っていたら役立つ講座(4)
 「高齢者ファミリーサポートセンターと高齢者ボランティアポイント事業」
 ②芸術の秋「大塚国際美術館」を訪ねて
 日 ①9月20日(火) 午前10時～11時30分
 ②9月30日(金) 午前9時20分～午後5時
 場 高齢者福祉センターほか
 対 市内在住の60歳以上
 期 9月5日(月)まで
 費 ②は別途負担金
 申 ☎ 窓
 定 抽 33名(①②両講座受講が原則)
 問・申込 高齢者福祉センター ☎86-0800



出張！女性のための働き方セミナー
職場で 家庭で 地域で あらゆる場面で
役立つ！セルフコーチング

日 10月8日(土) 午前10時～11時30分
 場 教育センター 3階セミナー室
 内 自分の思考や行動を変え、自分らしく
 生き生きと過ごすためのセルフコーチ
 ングを学ぶ
 講 喜田菜穂子さん
 定 ☎ 8名
 託 3カ月～就学前〔期 9月30日(金)〕
 申 ☎ FAX ☎ 住所、氏名、電話番号を明記し、申し込
 んでください。
 問 男女共同参画センターこらぼーよ ☎ FAX 89-2331



▲申込はこちら

第2回国際理解講座
「亡き妻と歩んだ海外駐在生活」

日 9月18日(日) 午後1時30分～3時
 場 教育センター 4階大研修室
 講 近藤直文さん 定 ☎ 50名
 申 ☎ 窓 郵 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 国際交流協会 ☎ FAX 89-2318
 ☒ kokusai@city.miki.hyogo.jp

三木山総合公園 総合体育館

問・申込 ☎83-4445 休 木曜



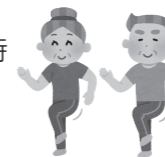
●お月見ヨガ

日 9月11日(日) 午後7時～8時
 対 18歳以上
 内 やさしいヨガ(お月見菓子とお茶付き)
 講 千葉千衣子さん
 費 1,000円
 持 運動用の服、タオル、飲料
 定 ☎ 20名



●教室体験会

▶女性のためのヨガ
 日 9月26日(月) 午前11時～正午
 ▶きほんのヨガ
 日 9月28日(水) 午前10時～11時
 ▶キッズラボ教室
 日 9月28日(水) 午後4時～5時
 ▶パワーヨガ
 日 9月28日(水) 午後7時～8時
 ▶シニアラボ教室
 日 9月30日(金) 午前10時～11時
 費 各500円
 詳しくは問い合わせてください。



市民テニス教室

日 9月3日 午前8時30分～(土曜 9回)
 場 三木山総合公園 テニスコート
 対 市内在住・在勤・在学で16歳以上の方
 費 500円/回
 定 ☎ 30名
 問・申込 テニス協会 大久保さん ☎090-2288-7480



ジュニアソフトテニス教室・スクール

日 9月24日(土)～
 場 三木山総合公園 テニスコート
 対 市内の小学4～中学3年生
 費 5,000円～
 期 9月14日(水)まで
 申 ☎ 定 抽 10名程度
 詳細はNPO法人SPORTS FACTORY
 のホームページで確認してください。
 問 ソフトテニス協会 平井さん ☎080-3584-2968



▲ホームページ

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



宝くじ いつでも、どこでも。
公式サイト 宝くじをもっと手軽に、もっと便利に！

24時間いつでもネット購入 /

宝くじ LOTO 4D BINGO NUMBERS 7-03等

NEW QuickOne いつでも買える。秒で結果でる。

会員登録はこちら

お問い合わせ先 宝くじコールセンター TEL 0570-01-1192 (ナビダイヤル 有料)
 TEL 011-330-0777 (有料)

広告 MIKI City Magazine

三木市がわかる 広報みき

みんなが見ている情報紙でPRしませんか？

お問い合わせは 竹内印刷(株) ☎0794-63-6300 まで

兵庫県小野市王子町669-1

個人的に皆んなに知ってもらいたいイベントや催し物・PR・報告に。会社の商品案内・営業案内・PRにご利用下さい。

「広報みき」の広告を募集しています

2色刷り(黒+緑)	縦42mm×横174mm	22,000円
	縦42mm×横84mm	12,000円
4色刷り(カラー)	縦42mm×横174mm	33,000円
	縦42mm×横84mm	18,000円

お申込みいただく前に、必ず「広報みき広告掲載基準」の内容をご確認ください。詳しくは三木市秘書広報課のホームページをご覧ください。

竹内印刷株式会社
 兵庫県小野市王子町669-1
 TEL(0794)63-6300 (代)
 FAX(0794)63-5234
 E-mail: tpprint@takeuchi-p.co.jp