

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確認してください。

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 託児 休み
申込 (☎)電話 (☎)窓口 (✉)郵便 (FAX)ファックス (E-mail) E-mail (インターネット) インターネット
定員 (先)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) E-mail

教室・講座

みつきいナビ

募集・採用

相談

健康

教室・講座

子育て

催し

施設

普通救命講習

日 ①1月14日(土) 午前9時～正午
②1月8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 宛各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 ①1月12日(木) ②1月18日(水) ③1月26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 1月4日(水)～各開催日の2日前
申窓 定 宛各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 1月19日(木) 午後1時～3時
場 教育センター 3階セミナー室1
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 1月4日(水)～17日(水) 申窓
問・申込 (市)介護保険課 介護予防係

たぶんかこうりゅうさろん
多文化交流サロン

がいこくじん にほんじん きがる こうりゅう さろん
外国人と日本人が気軽に交流できるサロンです。
日 1月21日(土曜日) 午前10時から
場 国際交流プラザ(市役所4階)
内 千支の飾り作り 費 100円
期 1月20日(金曜日)までに電話で申し込んでください。
定 20人まで参加できます。
問・申込 国際交流プラザ(市)市民協働課
☎89-2315 ▲ホームページ



障がい福祉普及啓発セミナー

「障害のある人もない人も共に生きる 社会の実現に向けて」(手話通訳・要約筆記あり)
日 1月21日(土) 午後1時30分～3時(受付:午後1時)
場 教育センター 4階中研修室
講 米津知子さん(オンライン登壇)
期 1月4日(水)～13日(金)
申窓 FAX 住所、氏名、電話番号、メールアドレス (Zoomのみ)を明記し、申し込んでください。
定 宛20名、Zoom30名
問 (市)障害福祉課 障害者支援係 FAX 89-2449
✉shogaifukushi@city.miki.lg.jp

不登校・ひきこもりを考える集い

不登校・ひきこもり支援ネットワーク「ほっぷ☆すてっぷ」による講演会と座談会
日 1月22日(日) 午後1時～3時30分
場 市民活動センター
対 本人や家族、支援に関心のある方 申窓
問・申込 ボランティア活動プラザみき ☎83-0090

成年後見支援センター

申窓 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 ☎83-0226 FAX 86-0860
✉chiiki@miki.or.jp

●映像で学ぶ! はじめての「成年後見制度」
成年後見制度の内容と後見人の役割についての映像を上映(出前講座も随時受付中)。

日 1月27日(金) 午前10時～11時
場 吉川健康福祉センター
期 1月4日(水)～26日(水) 申込はこちら▶

●成年後見制度を知る市民講座プラス
よりよく生きるための生前整理とエンディングノートについて解説します。

日 1月31日(水) 午後1時30分～3時
場 市民活動センター 申込はこちら▶
講 宮家史子さん(生前整理アドバイザー認定指導員)
期 1月4日(水)～30日(月) 定 宛20名

男女共同参画センターこらぼーよ

問 ☎FAX 89-2331
住所、氏名、電話番号を明記し、申し込んでください。
●女性活躍推進企業向け説明会
日 1月31日(水) 午後2時～4時
場 教育センター 4階大研修室
対 市内に事業所のある企業の人事担当者
内 職場での女性活躍推進に関する説明会および個別相談



▲申込はこちら

申窓 FAX 定 宛100名(Zoom参加可)
●市民企画講座 いのちのお話会
「みんな知りたい 自分のからだ、自分のいのち」

日 2月4日(土) 午前10時～正午
場 教育センター 4階大研修室
対 未就学児～小学校の子どもと保護者(保護者のみ可)



▲申込はこちら

講 寺尾直美さん(助産師)
託 宛10名(3歳～小学2年生 期 1月20日(金))
申窓 FAX 定 宛15組(40名)

●男女共同参画セミナー出前講座(申込不要)
「私が気づく、私が変わる、社会が変わる～次世代にどんな社会を用意しますか～」

日 2月5日(日) 午前10時～11時30分
講 中村和子さん(男女共同参画アドバイザー)
場 青山公民館 ☎87-1300

三木山総合公園 総合体育館

問・申込 ☎83-4445
休 ～1月4日(水)、木曜



●パワーヨガ教室
日 水曜 午後7時～8時
対 18歳以上 内 脂肪燃焼のためのヨガ

講 千葉千衣子さん
費 月謝制: 3,600円/月
1回制: 1,500円/回
持 運動用の服、タオル、飲料 定 宛20名

●シニア教室
日 金曜 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

講 宮本遥陽さん
費 月謝制: 3,520円/月
1回制: 990円/回
持 運動用の服と靴、タオル、飲料 定 宛20名



競泳・五輪メダリスト 寺川綾さんによる

スポーツ講演会(申込不要)
日 2月25日(土)
午後2時45分～4時(予定)
場 文化会館 小ホール
定 宛 200名程度
問 (市)文化・スポーツ課 スポーツ係



黒豆を使った
みそ作り教室

日 2月9日(木) 午前10時～正午
対 18歳以上の女性
講 山田錦の館 彩雲みそ加工グループ
費 4,500円 期 1月5日(木)～26日(木) (平日のみ)
持 作った味噌5kgを入れる容器、エプロン、三角巾、マスク、使い捨て手袋
申窓 定 宛 16名
場・問・申込 青山公民館 ☎87-1300



第3回木の学習講座

日 2月15日(水) 午前10時～正午
場 別所ゆめ街道 別所ふるさと交流館(集合)
内 低木の冬期剪定実習、花壇の手入れ、春夏秋冬の剪定方法
期 1月6日(金)～2月3日(金)
持 筆記用具、手袋、剪定ばさみ(任意)、動きやすい服装
申窓 FAX 住所、氏名、電話番号を明記し、申し込んでください。
定 宛30名
問・申込 (市)都市政策課 公園緑地係 FAX 82-9625

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

