

### 家族介護者交流会

日 11月16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 11月14日(火)まで 申 ☎窓  
 問・申込 (市)介護保険課 介護予防係

### 普通救命講習

日 ①11月11日(出) 午前9時～正午  
 ②11月12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

### 聞こえにくい方・話しにくい方のためのNET119登録説明会

聴覚や発話の障害により音声通話が困難な方が外出先でも携帯電話から119番通報ができるシステムです。家族の方と一緒にぜひ参加してください(手話通訳・要約筆記あり)。

日 12月3日(日) 午前10時～正午  
 場 消防本部  
 対 聞こえにくい方・声が出しにくい方、その家族  
 内 NET119の説明、登録  
 期 11月24日(金)まで 持 携帯電話  
 申 ☎窓 ☐郵 ☎ファックス ☒住所、氏名、電話番号、FAX番号を明記し、申し込んでください。  
 定 宛 30名  
 問・申込 (市)障害福祉課 ☎89-2449  
 ☒ shogaifukushi@city.miki.lg.jp



NET119の詳細はこちら▶

### 頭の健康チェック

日 ①11月9日(木) ②11月15日(水) ③11月16日(木)  
 午前10時～午後4時  
 内 タッチパネルを使用した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、認知症相談など  
 期 各開催日の2日前まで 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

### 映像で学ぶ！はじめての「成年後見制度」

日 11月24日(金) 午前10時～11時  
 場 デイサービスセンター自由が丘(志染町吉田)  
 期 11月22日(水)まで  
 申 ☎☒☑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  
 ☎86-0860 ☒ chiiki@miki.or.jp

### 介護に関する入門的研修(全5回)

日 令和6年2月1日(木)、7日(水)、14日(水)、22日(木)、3月6日(水)(時間は日によって異なります)  
 就労するにはすべて受講する必要があります。  
 場 コープこうべ協同学苑  
 対 介護未経験者で介護分野での就労を考えている方、家族の介護に備えたい方など  
 内 介護業務に携わる基本的な知識や技術の習得、就労支援など  
 期 令和6年1月23日(火)まで  
 費 2,200円(テキスト代)  
 申 ☎☑☒ 定 宛 24名  
 問 (市)介護保険課 介護予防係  
 申込 コープこうべ教育学習センター ☎87-3364



▲詳細と申込はこちら

### 高齢者生きがいセミナー「我が家の防火対策」

日 11月21日(火) 午前10時～11時30分  
 対 市内在住で60歳以上の方  
 期 11月10日(金)まで 申 ☎窓 定 抽30名  
 場・問・申込 高齢者福祉センター ☎86-0800

### "女性の会ひまわり"による傾聴講座「やさしい傾聴」を一緒に学びませんか

「傾聴」は相手の気持ちに寄り添い、じっくり話を聴いて相手を理解するコミュニケーション技術です。信頼感が得られ、スムーズな人間関係に役立ちます。  
 日 11月14日(火) 午後1時30分～3時30分  
 場 サンライフ三木 2階研修室  
 対 市内在住で60歳以上の方  
 期 11月10日(金)まで 申 ☎窓 定 宛 30名  
 問・申込 (公社)シルバー人材センター ☎82-0600

### スワッグ作り教室

日 11月20日(月) 午前10時～正午  
 対 18歳以上の方  
 内 アメリカオレゴン産モミで作るクリスマスの飾り作り  
 講 池田早苗さん 期 11月10日(金)まで 費 3,000円  
 持 持ち帰り用容器、薄手のゴム手袋、花ばさみ  
 申 ☎窓 定 宛 10名  
 場・問・申込 中央公民館 ☎82-2007



### プリザーブドフラワーでお正月を彩ろう

日 12月13日(水) 午前10時～11時30分  
 対 18歳以上の方  
 講 石田温美さん 期 11月29日(火)まで  
 費 3,300円 申 ☐窓 定 宛 18名  
 場・問・申込 青山公民館 ☎87-1300

### 市民講座 ICT活用個別相談会「不安解消！スマホやタブレットを日常生活に活用しよう」

日 11月15日(水)～17日(金) 午前10時～11時30分  
 場 教育センター 3階ICT情報教育研修室  
 内 スマートフォンやパソコンなどの困りごとの相談(解決に至らない場合あり)。1人約30分  
 期 11月10日(金)まで  
 持 スマートフォンなどの端末  
 インターネット環境はありません。  
 定 宛 各15名 申 ☐窓  
 問・申込 教育センター ☎83-2020

### 園芸の学習講座

日 ①第1回 11月21日(火) ②第2回 12月5日(火)  
 午前10時～11時30分  
 場 教育センター 4階中研修室  
 内 ①初心者でもわかりやすい花壇の土づくり  
 ②維持管理しやすい花の種類  
 期 ①11月15日(火)まで ②11月28日(火)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 宛 各30名  
 問・申込 (市)都市政策課 公園緑地係 ☎82-9625

### がん患者サロン

患者や家族の皆さんの交流のための「がん患者サロン」を開催します。同じ経験をしている人たちと、伝えたいことや分かってほしい気持ちなど、自由に意見交換をしませんか(秘密厳守)。  
 日 12月6日(水) 午後2時～4時  
 場 北播磨総合医療センター 2階患者教室  
 問 北播磨総合医療センター がん相談支援センター ☎88-8800(番号の間違いに注意してください)