

花植え体験会・園芸講座

問 (市)都市政策課 公園緑地係 FAX 82-9625

●親子向け花植え体験会
日 10月18日(土) 午前10時～11時
小雨決行、荒天中止(順延なし)
場 三木山総合公園(みきっくランド内プランター前)
対 小学生以下の子どもがいる家族
内 花の寄せ植え、花苗の配布
期 10月15日(火)まで
持 スコップ、軍手 申 定 先 18家族
▲申込はこちら

●第2回 園芸の学習講座
日 10月22日(火) 午前10時～11時30分
場 教育センター 4階中研修室
内 花植え・土づくりについて(入門編)
期 10月17日(金)まで 持 筆記用具
申 定 先 30名
▲申込はこちら

普通救命講習

健康アプリポイント貯まります

日 10月11日(土) 午前9時～正午
場 消防本部
内 基礎的な心肺蘇生やAEDを使った講習など
申 窓 定 先 30名(3名以上で実施)
問・申込 (市)消防署 救急救助課
☎ 89-0173 ホームページ

がん患者サロン

同じ経験をしている人々と自由に意見交換をしませんか(秘密厳守)。
日 10月1日(火)、11月5日(火) 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

市民講座「Canvaで簡単!チラシづくり×ICT活用相談会」

日 11月11日(火)～13日(木)
午前10時～11時30分
場 教育センター 4階大研修室
内 ・Canvaでチラシづくり体験(11日(火))
・スマートフォンやパソコンなどの困りごと相談(例:LINEを使いたい、QRコードを読みたいなど)(12日(水)、13日(木))
インターネット環境あり。相談時間は1人30分程度(解決に至らないケースもあります)。
期 11月7日(金)まで 持 スマートフォンや端末
申 窓 希望日、相談内容を知らせてください。
定 先 各15名
問・申込 教育センター ☎83-2020

北播磨地域看護職合同就職説明会 参加者募集

看護職、看護補助者、介護職を対象に合同就職説明会を開催します。
▶参加施設
北播磨圏域内の病院、医療福祉施設、特別養護老人ホームなど約20施設
日 11月24日(月) 午後1時～4時
場 うるおい交流館エクラ 市民交流ホール(小野市)
対 ・資格取得予定の看護学生
・復職、再就業予定の看護職、介護職 など
期 11月14日(金)まで
申 当日受付も可能ですが、できるだけ事前に申し込んでください。▲ホームページ
問 兵庫県看護協会北播支部 山本さん
(三木山陽病院) ☎85-3061

高齢者ファミリーサポートセンター

①説明会②協力会員養成講座
日 10月21日(火)
①午前9時30分～10時30分
②午前10時30分～11時30分
場 自由が丘公民館
対 会員登録してみたい方、興味・関心のある方
内 ①会員登録の方法、活動内容など
②協力会員の活動方法などを学ぶ
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 高齢者ファミリーサポートセンター
☎83-7300 FAX 86-0860

高齢者生きがいセミナー

対 市内在住で60歳以上の方
申 窓 定 各20名
場・問・申込 高齢者福祉センター ☎86-0800

●スマートフォン体験教室
スマートフォンの基本操作、YouTubeとGoogleレンズを体験
日 10月21日(火) 午前10時30分～正午
期 10月14日(火)まで

●歩いて暮らす健康づくり
健康的な生活を送ることができるよう、ストレッチ、ウォーキングの実技を実施
日 11月11日(火) 午前10時～正午
講 ウォーキング講師(健康運動指導士)
期 10月20日(月)まで

Hello Friends

ALT(外国語指導助手)英会話サービス
問 (市)学校教育課
▲市ホームページから視聴できます

頭健康チェック

日 ①10月9日(木)、11月6日(木) ②10月15日(水)、11月19日(水) ③10月23日(水)、11月27日(水)
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、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 先 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 10月16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「こころも体も軽くなる!～ほぐして、笑って、簡単ストレッチ講座～」
期 10月14日(火)まで 申 窓
問・申込 (市)高齢福祉課 介護予防係

認知症サポーター養成講座

日 10月24日(金) 午後2時～3時30分
場 総合保健福祉センター 2階研修室
講 橋本宏太さん(福)真秀会グループホームなごやか
期 10月17日(金)まで
申 窓 定 先 30名
詳細は市ホームページで確認してください。
問・申込 (市)高齢福祉課 介護予防係
FAX 82-9943

第25回 あじあん祭 (関西国際大学三木キャンパス大学祭)

10月25日(土) 13:00~17:00
◆落語 桂あおば 桂三度
◆足の血流大丈夫? ~足の健康診断ABI測定~

10月26日(日) 10:00~16:00
◆講演「ミャンマー情勢の現在:国際社会の動きと日本の役割」丸山市郎(関西国際大学客員教授・前在ミャンマー日本国大使)
◆留学生カラオケ大会 ◆二胡演奏
◆育児体験セミナー 要申込

両日出店 ●物産展 ●キッチンカー ●園児作品展
●学生模擬店 ミャンマー料理(26日のみ)・わたがし・ラーメン ●清心認定こども園
●愛アン8-10号(ゴルフ試打)

両日 ●和太鼓演奏 ●和太鼓体験 ●ヨガ体験
問い合わせ先/ 関西国際大学 三木キャンパス 0794-84-3507 担当:小川 詳しくはHPをご覧ください

お庭のことなら、はやぶさ造園にお任せください!

1本からでもOK! 即日対応可能!
自社施工のため 低価格・高品質!
施工後のフォローもご相談ください

剪定 伐採 除草 など お見積り出張費無料

お客様のご予算に対応いたします。まずはお電話ください!
広報紙を見たとお伝えいただければお見積りより10%割引します!

兵庫県三木市加佐273-1 ☎0120-73-7739 年中無休、受付8:00~20:00