



教室・講座

国際交流協会

☎☒☑☒ 氏名、電話番号を明記し、申し込んでください。
問・申込 ☎☒89-2318
☒kokusai@city.miki.hyogo.jp

第3回国際理解講座

日 1月14日(月) 午後1時~3時30分
場 市民活動センター 3階大会議室

内 「透明な外国人たち~彼らに支えられたTOKYO~」上映と市内在住外国人技能実習生トーク

多文化共生理解講座③ キッズインターナショナル~インドってどんな国?~

日 1月20日(日) 午前10時30分~正午
場 教育センター 4階大研修室
対 小学生
内 インドについて、世界に一つだけのしおり作り
講 パール・マヘンドラ・クマールさん
期 1月17日(木)まで
費 100円(保険代)

COOL MIKI

日 2月3日(日) 午後1時~4時
場 三木山森林公園 音楽ホール
内 第1部 英語de落語 第2部 日本語de発表
費 第1部 前売り500円 当日800円 会員無料 第2部 無料

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など
日 (I)1月12日(土) 午前9時~正午 (II)1月13日(日) 午前9時~午後1時

場 消防本部
申 ☎☒☒☒ 定 ☒☒各30名
問・申込 (市)消防署 救急救助課 ☎89-0173

男女共同参画セミナー 出前講座

日 2月8日(金) 午前10時~11時30分
場 口吉川町公民館
内 エンディングノートがつなく 家族の絆
講 中井さとみさん(行政書士)
問 男女共同参画センター ころぼーよ ☎89-2331



高齢者ファミリーサポートセンター協力会員養成講座

生活の中にあるちょっとした「困った」を一緒に応援しませんか。
日 1月22日(火) 午前10時~11時
場 総合保健福祉センター
期 1月4日(金)~21日(月)
申 ☎☒☒☒ 住所、氏名、電話番号、受講日を明記し、申し込んでください。
定 ☒☒20名
問・申込 高齢者ファミリーサポートセンター ☎83-7300 ☒86-0860

頭健康チェック

日 ①1月16日(水) ②1月22日(火) 午前10時~午後4時
場 中央地域包括支援センター
①西部サブセンター (旧市民病院管理棟2階)
②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、健康相談など

期 ①1月4日(金)~15日(火) ②1月4日(金)~21日(月)
申 ☎☒☒☒ 定 ☒☒各5名
問・申込 中央地域包括支援センター
①西部サブセンター ☎83-0160
②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 1月25日(金) 午前10時~11時
場 総合保健福祉センター
内 成年後見制度の内容と後見人の役割(出前講座も受付中)
期 1月4日(金)~24日(木)
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

自然観察会

日 2月3日(日)(雨天中止) 午前9時30分~正午
▼集合場所 JAみのり三木営農経済センター駐車場(別所町花尻1-174)
講 網中勇二さんほか
持 防寒具、あれば双眼鏡・図鑑
申 ☎☒☒☒ 定 ☒☒30名
問・申込 (市)生活環境課 環境政策・消費者行政係

市民企画講座

日 1月27日(日) 午後3時~4時30分
場 三木南交流センター
内 夢をかなえる~侍ジャパン女子代表監督として~
講 橘田恵さん(侍ジャパン女子代表監督)
問 男女共同参画センター ころぼーよ ☎89-2331

はじめての手話講座

日 2月12日(火) 午後7時~8時30分
場 市民活動センター 2階会議室
対 市内在住・在勤で手話に関心がある方
期 1月25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)障害福祉課 ☒82-9943



コミスポの「ヨガ教室」

日 日曜 午前11時~正午
場 三木コミュニティスポーツセンター
講 アルジュン・グプタさん
費 2,000円/月 (月によって金額が変わります)
持 タオル、ヨガマット(貸出可、バスタオル可)、飲み物
申 ☎☒☒☒☒
問・申込 三木コミュニティスポーツセンター ☎83-3434

コミスポのスポーツセミナー「野球教室」

日 2月10日(日) ①午前10時~11時30分 ②午後1時~2時30分
場 三木山総合公園 野球場
対 ①5歳~小学生と保護者 ②小学生
内 ①初めてのキャッチボール ②野球の基本
講 橘田恵さん(侍ジャパン女子代表監督)ほか
持 ①グラブ ②グラブ、バット
申 ☎☒☒☒☒ 定 ☒☒各50名(見学自由)
問・申込 三木コミュニティスポーツセンター ☎83-3434



地域公共交通に関する「出前講座」

神戸電鉄粟生線やバスなどの公共交通の利用を促進するため、「出前講座」を開催しています。
対 市内の団体(自治会、老人クラブ、子ども会、PTAなど)
内 地域公共交通の現状と課題、活性化に向けた取組内容、バスの乗り方教室など
期 開催希望日の1カ月前、バスの乗り方教室は3カ月前まで
申 ☎☒☒☒☒
問・申込 (市)交通政策課



歩いて暮らす健康づくり ~ヘルシーウォークの講師を派遣します~

健康運動指導士を派遣し、正しい歩き方や効果的な運動方法など一人一人にあった健康づくりをサポートします。
日 3月末までの月~金曜(祝日など除く、原則1回) 午前9時~午後5時の間で2時間程度(この時間帯以外を希望の場合は問い合わせてください)。
対 5名以上
▼準備するもの
・ウォーキングができる屋内の部屋
・講習中の事故に対応する保険などへの加入
期 実施日の1カ月前
申 ☎☒☒☒☒
問・申込 (市)健康増進課 ☎86-0900



みっきい☆家事ヘルパー養成研修

日 2月8日(金)、13日(水)(全2回) 午前9時30分~午後5時
場 市役所 5階大会議室
内 要支援高齢者の家事援助といったヘルパー業務の仕事に就くための研修
詳細は広報みき12月号21ページをご覧ください。
問・申込 (市)介護保険課 介護予防係

みっきいナビ

相談

健康

人権の目

くらし

子育て

教室・講座

募集

催し

施設