

イベント・講座

応募要領は24面

健康のための教室・講座

講座・教室	日時	場所
①生活習慣病重症化予防教室 橋口良也氏(厚地脳神経外科病院神経内科部長)による講話「脳卒中とその予防について」	8月21日(金) 13時30分～15時	桜島地区保健センター
②脳活性チャレンジ講座 (1回目)黒野明日嗣氏(いづろ今村病院院長)による講話「認知症の予防と早期発見」 (2回目)高岡綾子氏(運動指導員)による講話と実技「認知機能向上のための運動」、保健師による講話「認知症サポーター養成講座」	8月28日(金) 14時～15時30分 8月31日(月) 14時～16時	東部保健センター

対市内に住む人(②は2回とも参加できる人)

定各40人(①は当日先着順)

料無料

申②は電話で8月13日から東部保健センター☎216-1311へ

問①桜島保健福祉課☎293-2360FAX293-3744

②東部保健センター☎216-1311FAX216-1308

交流都市 札幌市と松本市のおすすめスポット

■北海道札幌市(平成25年に本市と観光・文化交流協定を締結)

【定山溪温泉】

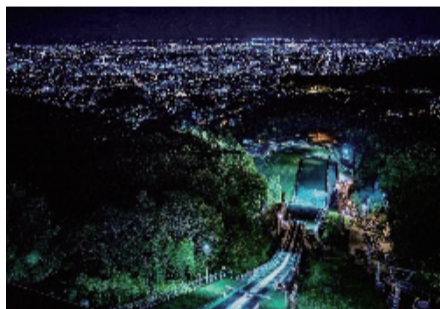
国立公園ならではの紅葉や雪景色など、四季折々の美しい景色が見どころです。

【大倉山】

1972年冬季オリンピック札幌大会の舞台。日本新三大夜景都市に選ばれている札幌の夜景が楽しめます。



定山溪温泉



大倉山

問北海道札幌市観光・MICE推進課☎011-211-2376FAX011-218-5129

■長野県松本市(平成24年に本市と文化・観光交流協定を締結)

【上高地】

日本を代表する山岳景勝地で、人気のハイキングコースです。

【国宝旧開智学校】

1873年に開校した、日本最古級の学校の一つ。近代初期を象徴する擬洋風建築で、国宝に指定されています。



上高地



国宝旧開智学校

問長野県松本市総合戦略課☎0263-34-3274FAX0263-34-3201

勤労女性センター第2回短期講座

■午前の部(10時～12時)

講座名	期間	曜日	回数
初めてのパン (10時～12時30分)	9月7日～10月12日 ※9月21日を除く	月	各5
貯筋体操	9月7日、10月5日・19日、 11月2日・16日		
得するマネープラン	9月1日～10月20日 ※9月15日・22日を除く	火	各6
○パソコン初級エクセル①	9月8日～10月20日 ※9月22日を除く		
★秋の元気レシピ	9月9日・23日・30日	水	3
秋の簡単お菓子 (10時～12時30分)	9月3日・17日	木	2
秋の生け花	9月4日～10月2日	金	5
◎パソコン中級エクセル②	9月5日～10月10日	土	6

■午後の部(13時30分～15時30分)

講座名	期間	曜日	回数
◎パソコン中級ワード③	9月7日～10月19日 ※9月21日を除く	月	各6
パッチワークで小物づくり	9月1日～10月13日 ※9月22日を除く	火	
大掃除大作戦	9月2日・16日・30日、 10月14日	水	4
秋の簡単ベスト	9月3日～10月8日	木	各6
英会話入門			
パソコン初級ワード④	9月4日～10月9日	金	5
初めての俳句	9月4日～10月2日		

■夜間の部(18時30分～20時30分)

講座名	期間	曜日	回数
カラーコーディネート	9月7日～10月12日 ※9月21日を除く	月	5
◎夜のパソコン中級 エクセル⑤	9月16日～10月21日	水	6
★発酵食品料理	9月2日・16日・30日		3
○夜のパソコン初級 エクセル⑥	9月3日～10月8日	木	各6
楽しくベリーダンス			

対市内に住むか通勤している女性(学生を除く)

○はパソコンの初心者、★は男性も可、◎はパソコン中級程度
※夜間の部は勤労女性を優先

定あり

料無料(材料費など実費負担)

申直接(返信用はがきが必要)か往復はがき(1人1枚。第2希望
まで)で8月15日(必着)までに〒890-0063鴨池二丁目31-15勤労
女性センター☎・FAX255-7039へ

パソコン講座



英会話入門