

今月のお知らせ

講座

地域活動サポーター養成研修

地域の支え合いを推進するため、地域の「集い」などを支援する「活動サポーター」を養成する研修です。

□共通事項

対象 高齢者のつどいの代表者やお世話役、地域活動を行っている人、サポーター活動に興味のある人

持ち物 筆記用具、めがね、飲み物

申込 各開催日の前日まで電話で申し込み

□古川地域

日時	内容
6月17日(月) 13:30～15:30	講話「レクリエーションを学ぼう!」、レクリエーション実践
7月11日(木) 13:30～15:30	講話「元気な人がたくさんいる地域づくり&私たちの工夫」、ワークショップ
8月26日(月) 13:30～15:30	活動サポーター座談会、活動の紹介、レクリエーションの紹介

場所 古川健康福祉プラザ(fプラザ)

□鳴子温泉地域

日時	内容
7月 5日(金) 13:30～15:30	活動サポーターの位置づけと見守り
7月26日(金) 10:00～12:00	音楽を使ったレクリエーション
8月 9日(金) 13:30～15:30	回想法を取り入れたレクリエーション

場所 鳴子保健医療福祉総合センター

☎ 高齢介護課高齢福祉係 ☎23-6085
各総合支所市民福祉課地域福祉担当

食生活改善推進員養成講座

健康な毎日を送るためには食事が基本です。食生活について楽しく学んでみませんか。

日時 6月27日(木) 9時30分から

場所 古川保健福祉プラザ(fプラザ)

内容 健康に関する講話、旬の食材を使用した調理実習と運動など

対象 20代～60代で健康づくりに関心のある人

定員 先着30人

料金 500円(調理実習の材料代)

持ち物 筆記用具、エプロン、米 0.5 合

申込 6月17日(月)まで電話で申し込み
☎ 健康推進課成人保健担当 ☎23-5311

健康ココ★カラセミナー

運動が苦手な人も、無理なく楽しめる教室です。

日時 6月21日(金) 9時30分～11時50分

場所 古川保健福祉プラザ(fプラザ)

内容 体力測定、簡単エクササイズ

対象 運動制限のない70歳以下の人

定員 先着25人

持ち物 動きやすい服装、飲み物

申込 事前に電話で申し込み

☎ 健康推進課成人保健担当 ☎23-5311

消費生活講座

消費者に身近なテーマで知って得する講座を開催します。

□共通事項

場所 市役所東庁舎5階 大会議室

定員 各先着30人程度

申込 各回の申込期限まで、電話または消費生活センターに備え付けの申込書に記入し申し込み

□第1回講座

日時 7月19日(金) 13時30分～15時

内容 知ってて安心 相続と遺言

講師 千葉晃平 氏(弁護士)

申込期限 7月9日(火)

□第2回講座

日時 8月19日(月) 13時30分～15時

内容 アクティブシニアのライフスタイル

講師 岡崎孝弘 氏(ファイナンシャルプランナー)

申込期限 8月9日(金)

☎ 大崎市消費生活センター ☎21-7321

盲ろう者通訳・介助員養成講座

目と耳の両方に障がいがある人にサポートする人を養成する講座です。

日時 7月7日(日)・21日(日)、8月4日(日)・18日(日)、9月1日(日)・15日(日)・29日(日)、10月6日(日)・20日(日)、11月3日(日)・17日(日) 10時～15時(全11回)

場所 宮城県聴覚障害者情報センター(みみサボみやぎ：仙台市青葉区)

対象 講座修了後に盲ろう者通訳・介助員として活躍できる県民

定員 先着16人

料金 3,700円(テキスト代)

申込 みみサボみやぎウェブサイト(<http://www.mimisuppo-miyagi.org>)から申込書をダウンロードし、6月17日(月)まで郵送で申し込み(必着)

☎ 県聴覚障害者情報センター(みみサボみやぎ) ☎022-393-5501

てんかん市民公開講座 2019 in おおさき

てんかんを持つ人の学校生活や就労について、理解を深める講演です。

日時 7月6日(土) 13時～15時15分

場所 グランド平成

内容 てんかんを持つ子どもを取り巻く環境に関する講話、てんかんと就労を考える講話など
※申込は不要です。

☎ 大崎市民病院患者サポートセンター 地域医療連携室 ☎23-3311

職業訓練短期講座

雇用保険被保険者が対象の講座です。

□共通事項

場所 大崎地域職業訓練センター

定員 各先着10人

料金 各11,000円(テキスト代含む)

申込 申込書を大崎地域職業訓練センター(古川西館3-9-10)に持参、ファクス、郵送(必着)のいずれかで申し込み

□文書作成(ワード)基礎研修

日時 6月17日(月)～28日(金)の月・水・金曜日 18時20分～21時(全6回)

申込期限 6月7日(金)まで

□文書作成(ワード)応用研修

日時 7月1日(月)～12日(金)の月・水・金曜日 18時20分～21時(全6回)

申込期限 6月21日(金)まで

□管理監督者訓練1科「仕事の教え方」

日時 7月8日(月)～12日(金) 13時30分～15時30分(全5回)

申込期限 6月28日(金)まで

☎ 大崎地域職業訓練センター

☎22-1509 ☎21-9550

パソコン講座

ワードの基本的な操作を学び、簡単な文書や暑中見舞いを作成します。

日時 6月19日(火)～20日(水) 9時30分～16時

場所 大崎生涯学習センター(パレットおおさき)

定員 20人(申し込み多数の場合抽選)

料金 700 円(テキスト代)

申込 6月4日(火)まで、大崎生涯学習センター(古川穂波三丁目4-20)に、住所・氏名(ふりがな)・年齢・職業・電話番号を記入した往復はがきで申し込み(必着)

その他 6月5日(水)に公開抽選

☎ 大崎生涯学習センター(パレットおおさき) ☎91-8611

経営セミナー

事業経営者に向けた経営・事業継承セミナーを開催します。

日時	内容
6月19日(水) 13:30	経営セミナー
6月19日(水) 14:20	事業承継セミナー
6月19日(水) 15:40	個別相談会

場所 古川商工会議所

定員 先着30人

申込 6月12日(火)まで申し込み

☎ 宮城県信用保証協会経営支援部経営支援課 ☎022-225-5230

岩出山体育センターのスポーツ教室

□共通事項

場所 岩出山体育センター

料金 中学生以下:300円(1回)、高校生以上:500円(1回)

申込 6月12日(火)まで電話で申し込み

□ふれあい卓球サークル

日時 6月22日(土)～7月27日(土)の毎週

土曜日 19時～21時

定員 10人程度

対象 小学生以上

□バドミントン教室

日時 6月19日(火)～7月24日(火)の毎週水曜日 9時30分～12時

定員 10人程度

対象 大人

□バレーボール教室

日時 6月20日(水)、7月4日(木)・11日(木)・18日(木)・25日(木)、8月1日(木) 19時30分～21時

定員 10人程度

対象 大人

□ヨガ&ピルビスワーク

日時 6月13日(木)・20日(木)、7月4日(木)・11日(木)・18日(木)・25日(木) 10時～11時

定員 12人程度

対象 大人

□エクササイズ教室

日時 6月8日(土)・15日(土)、7月6日(土)・20日(土) 9時30分～10時30分

定員 5人程度

対象 大人

□体験!「剣道教室」

日時 6月20日(木)～7月25日(木)の毎週木曜日 19時～20時

定員 10人程度

対象 小学生以上

□ノルディックウォーキング in 大衛村万葉コース

日時 6月23日(日) 9時～16時

※集合は岩出山体育センターです。

定員 先着20人

対象 大人

☎ 岩出山体育センター ☎72-1210

中央公民館の講座 ☎ 中央公民館 ☎22-3001

□絵本の好きな子あつまれ!「絵本タイムの会」

6月14日(金)・26日(水) 10:00～11:00

内容:絵本の読み聞かせ、子育てアドバイス **対象:**0歳～就学前の子どもとその保護者 **定員:**先着15組 **費用:**1回200円 **申込:**随時電話で申し込み

□ばそこんジョイ・サロン 6月4日(火)・18日(火) 9:00～12:00

初めての人は、電源の入れ方やマウスの使い方などを公民館のパソコンで実習できます。経験者は、操作していて疑問に思ったことを相談しながら解決できます。仲間と一緒にパソコン学習をしませんか。 **費用:**無料

□パソコン教室「エクセル集計ワザ4」

6月19日(水) 18:30～20:30

条件付き集計の関数を活用します。 **定員:**先着8人 **費用:**300円(資料代)
持ち物:データ保存用の媒体。ノートパソコン持参可能 **申込:**6月14日(金)まで電話で申し込み

古川総合スポーツ大会 ☎ 古川総合体育館 ☎24-0511

対象:古川地域に住んでいる人、古川地域に勤務や通学している人

□ママさんバレーボール **日時:**6月30日(日) 9:00 **場所:**古川総合体育館
参加資格:ママさんバレーボール連盟に登録している古川地域のチーム **料金:**一人100円 **申込:**6月22日(土)までママさんバレーボール連盟事務局(☎23-3681)に申し込み

古川総合体育館・市民プールのスポーツ教室

古川総合体育館の教室 ☎ 古川総合体育館 ☎24-0511

□初心者太極拳教室 **日時:**7月17日(火)～9月25日(火)の水曜日 13:00～14:45(全10回) **対象:**未経験者、初心者 **定員:**20人 **費用:**8,000円(10回分)

□テニス(硬式) **開催日:**①火曜日、②水曜日 **時間:**①19:00～20:30、②14:10～15:40 **対象:**①中学生以上、②初心者 **費用:**①大人:5,250円(3ヵ月) 中・高校生:3,150円(3ヵ月)、②3,000円(1ヵ月)

□ノルディックウォーキング **日時:**水曜日10:00～11:30(月2回) **対象:**一般初級者以上 **費用:**1,050円(レンタルボールは別途200円)

市民プール・アクアパルの教室 ☎ アクア・パル ☎24-5000

□キッズ水泳スクール無料体験 **開催日:**6月4日(火)～26日(火)の火曜日～土曜日 **時間:**火曜日～金曜日 ①15:30～16:30 ②16:30～17:30 ③17:30～18:30、土曜日 ①10:30～11:30 ②11:30～12:30 ③13:30～14:30 ④14:30～15:30 **対象:**5歳児～中学校3年生 **その他:**無料体験は1回限り

※詳しくはお問い合わせください。