

12月 1月 日月火水木金土 日月火水木金土

情報ガイド



催し

クリスマスのおはなし会(特別おはなし会)

12月23日(金・祝) 11時~12時、中央公民館。季節に合わせた絵本などの読み聞かせとクリスマスカードの作製。幼児~小学生対象。図書館 ☎77・8191。

本の福袋

1月5日(木)から、図書館。テーマ別に数冊の本をセットにし、中身が見えないようにした「本の福袋」の貸し出し。用意した20セット全てが貸し出されたら終了。図書館 ☎77・8191。

おもちゃの病院

1月8日・15日の各日曜日13時~15時、リサイクルプラザ。「おもちゃの病院あやせ」の会員が壊れたおもちゃを修理。修理できない場合もあるので、詳しくは www.geocities.jp/omocya\_h 同プラザ ☎76・9522。



募集

レインボー健康体操指導者養成講座

1月12日(木)~3月23日(木) 9時15分~11時45分、市役所J1-1会議室(全10回。詳細は問い合わせ要)。高齢者向けの同健康体操指導者を養成。講師はウエルエージング総合研究所。40歳以上の方対象。定員20人(申込順)。12月16日から高齢介護課 ☎70・5633。

「健康度見える化コーナー」活用塾

1月13日、2月10日の各金曜日10時~11時30分、保健医療センター。オムロン(株)の活動量計を貸し出し、健康づくりを支援。同コーナー利用者対象。定員15人(申込順)。12月16日から同センター ☎77・1133。

豚肉とブロッコリー料理の試食会

1月18日(水)11時~12時、保健医療センター。綾瀬産豚肉・ブロッコリー

を使った料理の試食。定員40人(申込順)。国市地場農産物消費拡大推進協議会、市食生活改善推進協議会。12月16日から同センター ☎77・1133。

公民館のイベント情報

12月16日から同センター ☎77・1133。

●課題解決セミナー「今!私に必要な防災訓練」~様々な場所と場面の防災・減災を考えよう~

表の全5回10時~12時、中央公民館。市内在住・在勤で16歳以上の方対象。定員20人(抽選)。12月23日まで同館。

Table with 3 columns: 月日, 内容. Details of disaster training sessions.

●学びスクール

「今さら聞けないテーブルマナー」~マナーは人への思いやり~

1月25日(水)10時~12時、南部ふれあい会館。テーブルマナーの基本とナイフとフォークを使った実践学習。市内在住・在勤で16歳以上の方対象。定員16人(抽選)。12月23日まで中央公民館。

市総合スポーツ大会スキー競技

1月21日(土)9時から、白馬五竜スキー場いもりゲレンデ(長野県北安曇郡白馬村)。種目は一般男女大回転。小学生以上対象(高校生以下は保護者同伴要)。定員40人(申込順)。国市スキー協会。1000円(小・中学生は無料)。12月16日から同センターへ直接。同協会 ☎090・4224・6067 (19時~21時)。

●人材バンク登録者支援プログラム

●小筆講座 ~美しい文字を書くコツ~ 1月23日(月)13時30分~15時30分、中央公民館。一般的な名字などの漢

1月の子育て支援センター情報

同センター ☎79・6925。

Table with 6 columns: 名称, 日にち, 時間, 会場, 内容, 対象. Details of childcare support center activities.

1月の図書館のおはなし会

絵本の読み聞かせ、紙芝居など。同館 ☎77・8191。

Table with 6 columns: 名称, 日にち, 時間, 会場, 対象. Details of library storytime events.

字をきれいに書くコツを習得。講師は芳林書道院会長の水川芳竹さん。小筆進呈。定員20人(申込順)。2000円(教材費)。12月16日から水川 ☎046・235・1695 か tekiron@space.ocn.ne.jp。

●太極エクササイズ体験会

1月27日(金)10時30分~12時30分、同館。無理なく続けられる同エクササイズを体験。講師は「生きがい太

極けん」代表の小須田桂さん。定員20人(申込順)。12月16日から小須田 ☎79・1315。

●高齢者男性料理教室

1月31日(火)10時~13時、保健医療センター。簡単で手軽な調理。市内在住で65歳以上の男性対象。定員15人(申込順)。400円。12月16日~来年1月20日にあやせ福祉サービスセンター ☎77・8667。

公共施設の年末年始業務日程

Table with 3 columns: 施設名, 12月の終了日時, 1月の開始日時. Details of public facility schedules.

医療法人社団 柏綾会 綾瀬厚生病院 分娩リピーター割引制度もごさいます♪ 一般診療総合受付 TEL. 0467-77-5111 産科婦人科棟直通 TEL. 0467-71-5885

安土桃山時代(戦国時代末期)の小説~絶賛発売中! 『小説 天下人秀吉』 『小説 戦国北条記』

13時~17時、市役所事務棟1階。 大和市中 11月15日 26948 担当は石川雅彦さん。 科疾患、更年期障害など。 健康について相談したい方