



募集

あなたも若がり体操教室に参加しませんか

ロコモティブシンドロームを予防するための体操教室です。筋力やバランス力を高めるための運動を楽しく行います。ロコモティブシンドロームは骨・関節・筋肉などの運動器の働きが衰えることで、立つ・歩くといった移動機能が低下している状態です。進行すると普段の生活での自立度が低下します。

日時 12月1日(日)〜平成29年2月24日(金) 午後1時30分〜午後2時40分(全12回)
会場 市防災研修センター(市商工会事務所2階)、相良B&G海洋センター
対象 介護認定を受けていない65歳以上の市民
申込方法 電話または直接申し込み
定員 20人
参加費 1回500円
申込期限 11月24日(日)
申込先 健康推進課 福永 0024

吹いて健康「市吹き矢大会」の参加者を募集

日時・会場 11月13日(日) 静波体育館 12月18日(日) いづら午前9時〜正午
内容 1チーム3人による団体戦
対象 市民
申込方法 申込書に必要事項を記入し、窓口またはFAXにて申し込み

定員 各30チーム(先着順)
参加費 300円
申込期限 11月12日(日) 11月7日(日) いづら 12月12日(日) 問い合わせ 健康推進課 政野 0024

あなたもウォーキングでスリムを目指そう

ウォーキングを基本に全身運動を組み合わせた運動教室です。3つのS、スタイル・スリム・スマイルの向上を目指します。また、ノルディックも体験できます。

日時 11月2日(日) (毎週水曜日) 午前10時〜午前11時15分
*11月2日(日)の初回は、無料体験会を行います。
会場 静波体育館
対象 一般人
申込方法 電話または直接申し込み
定員 15人(先着順)
参加費 1回600円 月謝1500円(月3回) 割引回数券6000円(11回分)
持ち物 体育館シューズ、タオル
申込先 市体育協会(相良B&G海洋センター) 0024

これからのためにロコモ予防をしませんか?

ロコモチャレンジ教室でロコモ予防。フィットネスジムで、自身の体力にあった筋力トレーニングを行い、全身の筋力をバランスよくアップさせます。
日時 10月12日(日) (毎週水曜日) 午後1時30分〜午後2時15分
*10月12日(日)の初回は、無料体験会を行います。
会場 くりんぼる フィットネスジム
対象 一般人
申込方法 電話または直接申し込み
定員 10人(先着順)
参加費 1回600円 月謝1500円(月3回) 割引回数券6000円(11回分)
持ち物 体育館シューズ、タオル
申込先 市体育協会(相良B&G海洋センター) 0024

日) 午後1時30分〜午後2時15分
*10月12日(日)の初回は、無料体験会を行います。
会場 くりんぼる フィットネスジム
対象 一般人
申込方法 電話または直接申し込み
定員 10人(先着順)
参加費 1回600円 月謝1500円(月3回) 割引回数券6000円(11回分)
持ち物 体育館シューズ、タオル
申込先 市体育協会(相良B&G海洋センター) 0024

3つの運動教室を週替りでお得に体験しよう

ノルディック、ミニトランポリン、フィットネスジムを日替わりで体験できるトリプル・チャレンジ教室です。
日時 第1期 10月12日(日) 12月21日(日) 第2期 11月15日(日) 1月11日(日) 3月15日(日) 午前10時〜午前11時45分(45分〜60分予定)
会場 くりんぼる
対象 一般人(新規)
*現在市体育協会の教室に参加している人は参加できません。
申込方法 電話または直接申し込み
定員 15人
参加費 3000円(1クール10回) 1回350円
*途中参加可能。
申込先 市体育協会 0024

いざというときのための普通救命講習会開催

日時 12月11日(日) 午前9時〜正午
会場 牧之原消防署2階会議室
申込方法 消防署にある申請書

自衛官を目指す防衛大 学校学生を募集します
試験日 1次 平成29年2月18日(土) 2次 平成29年3月10日(日)
募集人員 人文・社会科学専攻 約10人 理工学専攻 約30人
対象 高卒(見込み含む) から21歳未満の人
受付期間 平成29年1月21日(土) 1月27日(金)
問い合わせ 自衛隊藤枝地域事務所 0054(643)6391

国際社会で活躍できる 未来の陸上自衛官募集

試験日 推薦 平成29年1月7日(土)から1月9日(月)までの指定日 一般 1次(平成29年1月21日(土))、2次(平成29年2月2日(日)から2月5日(日)までの指定日)
試験内容 口述試験、筆記試験(作文含む) および身体検査
対象 推薦 中卒(見込み含む) 17歳未満の男子かつ学校が推薦する者 一般 中卒(見込み含む) 17歳未満の男子
受付期間 推薦 11月1日(日) 12月2日(日) 一般 11月1日(日) 12月2日(日)
問い合わせ 自衛隊藤枝地域事務所 0054(643)6391

「地域の力」診断ワークショップの参加者を募集

地域を知って、商店街と地域の明日を考えよう。
日時 11月28日(日) 午後7時20分〜午後9時30分
会場 県立相良高校1階会議室
対象 相良地区の商店街の人、商店街利用者、相良高校の生徒、地域の市民
申込方法 電話またはFAXで申し込み(氏名、年代、お住いの地区名か所属をお知らせください)
定員 25人から28人程度
コメント 津富宏氏(県立大学国際関係学部教授)
問い合わせ 県立大学COC事業牧之原みらい交流サテライト 0024

この機会に、あなたも社交ダンスを始めよう

日時 11月9日(日) 午後7時30分〜午後9時(月2〜3回)
会場 市文化センター3階 講師 林 麻里氏
申込方法 電話または直接会場申し込み
*10月22日(日)は、午後6時30分から静波体育館で生バンドによるダンスパーティーを開催。
*見学自由。
申込先 中島 0024

榛南建築高等職業訓練校訓練生を募集します

榛南建築高等職業訓練校は、昭和45年に県知事の認定を受けた職業訓練校です。
対象 榛南建築工業組合に所属する事業主と雇用契約を結んだ従業員
*事業主は雇用保険に加入、もしくは労災保険特別加入(1人親方)が条件です。
*大工の仕事に興味のある人は、本組合で雇用してくれる事業主を紹介することも可能です。(女子も歓迎)
授業 毎週木曜日 午前9時〜午後5時(年間40日320時間)
*学科 実技、専門知識の習得上、必要不可欠な基礎知識
*実技 基本的な作業、技能検定資格習得に必要な応用技術、安全衛生作業法など
*入校料、授業料は原則事業主負担。詳しくはホームページをご覧ください。

「ふじさん」つこ応援フェスタを開催します

子育てに役立つグッズやサービスが盛りだくさん。親子で楽しめるイベントです。
日時 11月11日(日) 午前10時〜午後4時
会場 グランシップ 大ホール(静岡県駿河区池田79番地4)
内容 親子体操、工作、育児用品のフリーマーケット、手づくり雑貨の販売のほか、県内各当地キャラ大集合など。
*参加費無料。詳しくは静岡県子育て支援ポータルサイト「ふじさん」こども子育てナビをご覧ください。

母子家庭などへの修学資金貸付制度について

県では、母子・父子家庭などに對し、子どもの高校や大学などに進学する際に必要な資金を、無利子でお貸しする制度があります。貸し付けを受けるには、書類提出や面接などの手続

お知らせ

「認知症サポーター養成講座」開きませんか
認知症は誰でもなる可能性がある病気です。認知症を正しく

きが必要です。就学支度資金 入学する際に必要な学習用品などの購入費用として、入学時に1回限りでお貸しする資金
修学資金 授業料や教材費、交通費などの費用として、修学期間中毎月、継続的にお貸しする資金
事前相談 申請書などは子ども子育て課窓口で配布します。相談の上、入手してください。問い合わせ 子ども子育て課 森田 0071

「認知症サポーター養成講座」開きませんか

認知症は誰でもなる可能性がある病気です。認知症を正しく

講演会「まきのほら健康大学」を開催します

市民を対象に、第3回まきのほら健康大学として「今こそ学ぼう！認知症と早期対応が決め手」をテーマで開催します。「鍵が無い」「怒りっぽくなった」など、これらが認知症の「最初」の症状でしょうか？実

映画「妻の病レレレ」小体型認知症」上映

理解し、認知症の人や家族を温かく見守る応援者(サポーター)になりましょう。
講座では、DVDや寸劇を通して楽しく学び、受講者全員にオレンジリングを配布します。
*5人以上のグループや団体で申し込みください。
問い合わせ 認知症サポーター養成講座事務局 山名 0074

は、もつと手前の症状がありました。早期の症状を学んで、認知症予防に役立ててください。
日時 平成29年1月28日(土) 午後1時30分〜午後3時30分
会場 市史料館 講師 宮嶋裕明氏(浜松医科大学副学長)
内容 認知症ってどんな病気? MCIって知ってる? 認知症の一手手前でブレーキを!
申込方法 電話または直接申し込み
定員 150人(先着順)
申込期間 11月1日(日) 問い合わせ 健康推進課 中村 0024

自死遺族支援個別相談事業の「すみれ相談」

大切な人を自死で亡くされた人を対象に、専門相談員が個別相談に応じます。匿名での参加も可能です。
*相談時間は1回約50分。
日時 11月9日(日) 午後1時〜午後4時
会場 中部健康福祉センター 対象 県内に居住する自死遺族など
申込方法 電話で申し込み
*事前予約制
問い合わせ 県健康福祉センター 0054(286)9245

「子どもたちを虐待から守っていきましょう」

家庭や学校、地域などにおいて、児童虐待問題に対する深い関心と理解を得られるよう、毎年11月を「児童虐待防止推進月間」としています。
児童虐待は子どもの心身の成長や人格の形成に重大な影響を与え、ときには生命に関わる著しい人権侵害です。子育ての不安や困難さなどがありますが、決して正当化されるものではありません。子育ての悩みを一人抱えず、まずは相談してみませんか? また、「虐待かも?」と心配な子どもさんがいれば、市や児童相談所へ連絡してください。
問い合わせ 児童相談所全国共通ダイヤル 189
*家庭児童相談室(ささか内) 0071

精神保健福祉事業「こころの相談会」を開催

気持落ちが落ち込む、眠れないなど心の不調を感じている人

または、静岡市ホームページから申請書をダウンロードし、必要事項を記入の上、申し込み
http://www.city.shizuoka.lg.jp/00000000.html
問い合わせ 牧之原消防署 0053 0119

「地域の力」診断ワークショップ

地域を知って、商店街と地域の明日を考えよう。
日時 11月28日(日) 午後7時20分〜午後9時30分
会場 県立相良高校1階会議室
対象 相良地区の商店街の人、商店街利用者、相良高校の生徒、地域の市民
申込方法 電話またはFAXで申し込み(氏名、年代、お住いの地区名か所属をお知らせください)
定員 25人から28人程度
コメント 津富宏氏(県立大学国際関係学部教授)
問い合わせ 県立大学COC事業牧之原みらい交流サテライト 0024

この機会に、あなたも社交ダンスを始めよう

日時 11月9日(日) 午後7時30分〜午後9時(月2〜3回)
会場 市文化センター3階 講師 林 麻里氏
申込方法 電話または直接会場申し込み
*10月22日(日)は、午後6時30分から静波体育館で生バンドによるダンスパーティーを開催。
*見学自由。
申込先 中島 0024

自死遺族支援個別相談事業の「すみれ相談」

大切な人を自死で亡くされた人を対象に、専門相談員が個別相談に応じます。匿名での参加も可能です。
*相談時間は1回約50分。
日時 11月9日(日) 午後1時〜午後4時
会場 中部健康福祉センター 対象 県内に居住する自死遺族など
申込方法 電話で申し込み
*事前予約制
問い合わせ 県健康福祉センター 0054(286)9245

「子どもたちを虐待から守っていきましょう」

家庭や学校、地域などにおいて、児童虐待問題に対する深い関心と理解を得られるよう、毎年11月を「児童虐待防止推進月間」としています。
児童虐待は子どもの心身の成長や人格の形成に重大な影響を与え、ときには生命に関わる著しい人権侵害です。子育ての不安や困難さなどがありますが、決して正当化されるものではありません。子育ての悩みを一人抱えず、まずは相談してみませんか? また、「虐待かも?」と心配な子どもさんがいれば、市や児童相談所へ連絡してください。
問い合わせ 児童相談所全国共通ダイヤル 189
*家庭児童相談室(ささか内) 0071

講演会「まきのほら健康大学」を開催します

市民を対象に、第3回まきのほら健康大学として「今こそ学ぼう！認知症と早期対応が決め手」をテーマで開催します。「鍵が無い」「怒りっぽくなった」など、これらが認知症の「最初」の症状でしょうか？実

映画「妻の病レレレ」小体型認知症」上映

理解し、認知症の人や家族を温かく見守る応援者(サポーター)になりましょう。
講座では、DVDや寸劇を通して楽しく学び、受講者全員にオレンジリングを配布します。
*5人以上のグループや団体で申し込みください。
問い合わせ 認知症サポーター養成講座事務局 山名 0074

自死遺族支援個別相談事業の「すみれ相談」

大切な人を自死で亡くされた人を対象に、専門相談員が個別相談に応じます。匿名での参加も可能です。
*相談時間は1回約50分。
日時 11月9日(日) 午後1時〜午後4時
会場 中部健康福祉センター 対象 県内に居住する自死遺族など
申込方法 電話で申し込み
*事前予約制
問い合わせ 県健康福祉センター 0054(286)9245