

1013590
親と子の食育教室
秋のおいしいメニュー

食事は心と体の栄養で、健康な体をつくるには毎日の食事が大切です。親子で料理を楽しく作っておいしく食べましょう。バンダナなどのプレセントもあります。

とき 11月11日(土) 午前10時～午後1時(9時45分受付)

ところ 保健福祉センター3階栄養指導調理実習室・研修室

講師 食生活改善推進員

対象 市内在住の小学生と保護者(子ども一人につき保護者一人)

定員 10組(先着順)

費用 保護者600円、子ども300円

申込期間 10月10日(火)～31日(火)

持ち物 筆記用具、エプロン、三角巾

申込み・問合せ 健康課保健係 ☎内線3167

1013677
はじめての筆ペン教室

筆ペンで文字を書くコツを学びましょう。

とき 11月21日・28日、12月5日の火曜日 午後7時～9時

ところ ウェルプラザ(保健福祉センター)3階306会議室

講師 小池龍実さん

対象 中学生以上で市内在住、在勤または在学の人

定員 15人(先着順)

費用 無料

申込期間 10月19日(木)～11月6日(月)

持ち物 筆ペン(中字、ペン先が筆のようになっていているもの。小筆も可)

申込み・問合せ 生涯学習課市民文化推進室 ☎内線3327または申し込みフォーム

大正和服体験第2弾

大正風の和服を着て散歩してみませんか。市内をお得に巡れる「食べあるき買物チケット」、「大正ロマンぬまたステッカー」のプレゼントや、当日に限り、「旧土岐家住宅洋館」の観覧料が無料になる特典があります。商店街では、大正ロマンをイメージした限定飲食メニューの提供や、散策風景の写真撮影なども行います。

とき 10月1日(日)～来年1月31日(水)



ところ 中心市街地

費用 2千円

申込期限 来年1月28日(日)

申込方法 対応店舗に、電話で直接予約してください

対応店舗 京呉服みはし ☎24・33384または中島屋呉服店 ☎22・2005

問合せ 市観光協会 ☎25・8555 (担当 都市計画課 街なか対策室 ☎内線4122)

災害ボランティア養成講習会

多発する災害に備え、支援活動ができるボランティアになってみませんか。

とき 10月26日(木) 午後1時30分～4時

ところ 保健福祉センター

内容 講義「災害時の命の守り方・避難所生活・ボランティアについて」

定員 25人

受講料 無料

申込み・問合せ 10月20日(金)までに社会福祉協議会 ☎25・3267



福祉

1001915
精神保健福祉相談

眠れない、落ち着かない、仕事に手に着かない、不登校、ひきこもり、認知障害、薬物中毒、アルコール依存、うつなどでお困りの人は、お気軽にご相談ください。相談は精神科医師が応じます。

相談料 無料(予約制)

※自宅に訪問して相談に応じることができません

問合せ 社会福祉課障害福祉係 ☎内線3107

相談日

とき	ところ
10月11日(水) 13:30～16:00	テラス沼田4階 防災会議室 (または家庭訪問)
11月9日(木) 13:45～16:00	
12月13日(水) 13:30～16:00	
1月11日(木) 14:00～16:00	
2月14日(水) 13:30～16:00	
3月14日(木) 14:00～16:00	

広告