

# 講座

こうざ

## 健康運動教室

### メタボ対策コース

- ◆日時 11月29日(土) 午前9時30分～11時30分
  - ◆場所 わかくさ・プラザ「総合体育館・サブアリーナ」
  - ◆内容 講義のほか効果的に内臓脂肪を落とす実技を行います。
  - ◆対象 市内在住の65歳以下の方
  - ◆定員 30人
  - ◆持ち物 運動シューズ(室内用と屋外用)、汗ふきタオル、飲み物
  - ◆申込先 11月14日(金) までに関市保健センター (☎240111 FAX26757)
- ※関市健康づくりスタンプラリー対象事業です。

## ソフトピアジャパン 連携講座(写真活用編)

- ◆日時 11月7日(金)午後7時～9時
- ◆場所 洞戸ネットサロン(洞戸生涯学習センター内)
- ◆内容 インターネットを利用して、デジタルカメラで撮影した写真をパソコンで利用する基礎と、写真の編集や加工のポイントを学びます。
- ◆講師 NPO法人洞戸村ふるさと塾 情報部会講師
- ◆対象 市内在住または在勤の方
- ◆定員 6人(申し込み順)

## うつ病家族教室

- ◆受講料 無料
- ◆申込先 11月1日(土)から洞戸地域教育事務所(☎05812115)または洞戸ネットサロン(サロン開室時のみ) [www.horado.com/netsalon/](http://www.horado.com/netsalon/)
- ◆日時 11月19日(水) 午後1時30分～3時30分
- ◆場所 アピセ・関 第1会議室
- ◆内容 「心の病気に家族ができること」みんなで、ほつほつ話してみませんか」
- ◆講師 森敏幸さん(地域活動支援センターふなぶせ施設長)
- ◆照会先 関保健所健康増進課(☎4011)

# 募集

ほしゅう

## 病院ボランティア

中濃厚生病院では、現在約30人のボランティアが玄関案内、病棟手伝い、院内図書管理、各種院内教室(ちぎり絵・絵がみ)など、幅広く活動を行っています。地域に根ざしたよりよい病院づくりを目指し、週1回程度活動していただける方を募集しています。

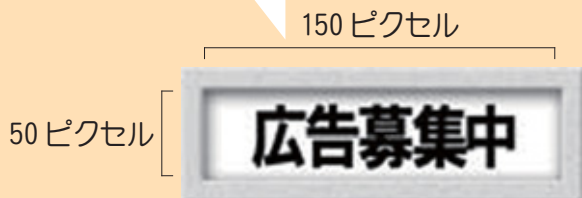
◆申込先 中濃厚生病院・医療相談室 松田(☎2211)

# 広報せき・ホームページの広告主

申込・照会先 広報課 (☎23-9261 FAX23-7744)

## 市ホームページ

- ◆広告の種類 バナー広告
- ◆掲載場所 市ホームページのトップページの下段(アクセス毎に上段へ1社をランダム表示)
- ◆大きさ 縦50ピクセル×横150ピクセル
- ◆容量 5キロバイト以内
- ◆掲載料金 月額1枠8,000円



行政改革の一環として、民間事業者の皆さんに市の印刷物などのスペースを広告媒体として提供することにより、新たな財源を確保するとともに、地域経済の活性化を図るために広告主を募集しています。

## 広報せき

- ◆掲載位置 毎号の「お知らせ」欄の最下段に6枠程度
- ◆大きさ 縦5センチ×横8センチ
- ◆掲載料金 ▷1日号(カラー刷り)1枠25,000円  
▷15日号(2色刷り)1枠15,000円

## 広告

広告掲載欄  
5.0cm×8.0cm