

せき・まちかど工房 ギャラリー

午前10時～午後5時

- ◎蘭峰書道教室展
▷ 2月19日(日)まで
- ◎木目込み・押し花・ちぎり絵教室展
▷ 2月21日(火)～2月26日(日)
- ◎布遊び教室展
▷ 2月28日(火)～3月4日(日)
- ◆照会先 せき・まちかど工房を支援する会
(本町商店街事務局内 ☎24-8212)

エンディングノート セミナー (いきいき市民講座)

人生を振り返って自分史を書いておきたい、大切な人への感謝の気持ちを残したい、いざという時に家族が困らないようにしておきたい方のための「家族と心をつなぐ魔法のノート」の書き方」をテーマにした講座です。

- ◆日時 3月7日(水)午後1時30分～3時30分
- ◆場所 わかくさ・プラザ「学習情報館2階・ギャラリー」
- ◆講師 有井俊昭さん(野村証券㈱ファイナンシャルプランナー)
- ◆定員 30人(当日受け付け順)
- ◆参加費 無料
- ◆照会先 ボラ・アド関・森(☎090・8735・1483)

わかくさ・プラザ 「総合体育館」

- ◆メインアリーナの一般開放
3月1日(木)・15日(木)
午後7時～9時
※登録料100円が必要
- ◆サブアリーナ
「チャレンジ!! ザ スポーツ・ゲーム」
3月10日(土)午後1時30分～4時
※参加無料
- 照会先 スポーツ振興課 ☎23-7766

健康運動教室

- ◆日時 3月5日(月)午前9時30分～11時30分
- ◆場所 上之保健センター
- ◆内容 日常生活の中で取り組むことができる運動の紹介と実践
- ◆対象 市内在住の概ね75歳未満の方
- ※運動前に血圧測定と体調チェックを行い、その結果によって参加を見合わせていただく場合があります。
- ◆定員 20人
- ◆持ち物 運動のできる服装、汗ふきタオル、飲み物
- ◆申込先 武儀保健センター(☎020・493189)

げんきらんど(2歳児) 〜歯みがき教室〜

- ◆【関地域】
- ◆日時 3月16日(金)午前9時30分～(受付)午前9時20分～9時30分

心と身体 の健康講座

- ◆場所 関市保健センター
- ◆内容 むし歯菌を見てみよう、むし歯菌の数を調べよう、歯みがき指導
- ◆対象 関地域在住で平成21年12月～平成22年1月生まれの幼児とその親
- ◆定員 20人(予約が必要)
- ◆持ち物 歯ブラシ、コップ、タオル、母子健康手帳(お口の健康ノートがある方はお持ちください)
- ◆照会先 関市保健センター(☎240111 FAX236757)
- ◆認知症といえはアルツハイマー型が一般的に知られていますが、他にも種類があります。それぞれの認知症の特徴について講演します。終了後、希望者への健康相談(無料)も行います。
- ◆日時 3月8日(木)午後1時45分～3時(受付)午後1時30分
- ◆場所 各務原市産業文化センター2階・第4会議室
- ◆内容 講演「いろいろな認知症」▽講師 吉田優さん(公益社団法人岐阜病院精神科医)
- ◆定員 40人(事前申し込み必要)
- ◆参加費 無料
- ◆申込先 公益社団法人岐阜病院地域連携室(☎058・259・3376 FAX058・259・3376 平日午前9時～午後5時)

広告

有料広告

広告

有料広告