

今月の講座案内

ばらネットセミナー

男女共同参画社会を推進している女性市民グループ「ばらネット」では、女性に視点をあてた災害へ

の備えと心構え、被災時に役立つ知識を学びます。

対象 市内在住または在勤の方を優先

申込・問合せ 6月24日(金)までに直接または電話で市民協働課市民活動推進担当へ。先着順。

講座名	日時	場所	定員	費用	講師
過去の災害から学ぶ～備えと心構え～	6月25日(土) 午後1時30分	働く婦人の家講義室(3階)	50人	無料	NPO法人やらまいか人まちサポート 理事長 牧野明広氏

IT講座

対象 市内在住、在勤または在学の16歳以上の方で、パソコン初心者

持ち物 筆記用具、デジタルカメラ(デジカメ講座のみ)

※自分のノートパソコンを使いたい方は持参してください。

申込期間 6月25日(土)午前10時～30日(木)午後9時

申込方法 受講料を持参の上、直接各会場へ。先着順。申込開始時に定員を超えた場合は抽選を行います。代理人での申し込みもできますが、電話や郵送での申し込みはできません。

その他 申込者が少ないときは開講しない場合があります。

講座名	日時など	会場・問合せ	内容	定員	費用	講師
エクセル講座A	7月5日(火)～7日(木)の全3回 午後1時30分～3時30分	ハツ面ふれあいセンター (☎57・7776)	▶ エクセル講座 …表計算の基本と家計簿などの自動計算表の作成を行います	各講座 14人	各講座 ☎600円 ☎500円	黒野克典氏 <small>かつのり</small>
エクセル講座B	7月5日(火)～7日(木)の全3回 午後7時～9時					
デジカメ講座A	8月2日(火)～4日(木)の全3回 午後7時～9時	一色町公民館 (☎72・3411)	▶ デジカメ講座 …デジタルカメラの使い方や写真の編集方法を学びます			
デジカメ講座B	7月12日(火)～14日(木)の全3回 午後7時～9時	吉良町公民館 (☎32・2151)				
デジカメ講座C	7月26日(火)～28日(木)の全3回 午後7時～9時	幡豆公民館 (☎63・0130)				
デジカメ講座D	8月9日(火)～11日(木)の全3回 午後1時30分～3時30分					

福地ふれあいセンター グリーン講座

対象 市内在住、在勤または在学の16歳以上の方

申込期間 7月2日(土)午前10時～16日(土)午後9時

※月曜日を除く。

申込・問合せ 受講料を持参の上、直接福地ふれあ

いセンター(☎54・8900)へ。先着順。申込開始時に定員を超えた場合は抽選を行います。代理人での申し込みもできますが、電話や郵送での申し込みはできません。

その他 申込者が少ないときは開講しない場合があります。

講座名	日時	内容	定員	費用	講師	持ち物
サンドアートして植物を植えて飾ろう!	7月23日(土) 午後1時30分～3時30分	ガラス容器にカラーサンドで模様を描き、植物を植えてインテリアとして楽しみます	20人	☎ 200円 ☎3,000円	金澤圭子氏	薄手のゴム手袋、エプロン

ハツ面ふれあいセンター 中期講座

対象 市内在住、在勤または在学の16歳以上の方。
初心者優先します。

申込期間 6月18日(土)午前10時～25日(土)午後9時
※月曜日を除く。

申込・問合せ先 受講料を持参の上、直接ハツ面ふれあいセンター（☎57・7776）へ。先着順。代理人での申し込みもできますが、電話や郵送での申し込みはできません。

その他 申込者が少ないときは開講しない場合があります。

☎受講料 ☎教材費

講座名	日時	内容	定員	費用	講師	持ち物
プリザーブドフラワーアレンジメント	7月6日～8月10日の毎水曜日 全5回 午前10時～正午	プリザーブドフラワーを使って器や籠などにアレンジします	10人	☎1,000円 ☎1回につき1,500円程度	糟谷美奈氏	はさみ、クッターナイフ、ピンセット

食生活改善推進員養成講座

自分や家族、地域の方の健康と食生活を考え、食を中心とした健康づくり活動を実践するボランティアを養成する講座です。

対象 市内在住の65歳未満の方

場所 西尾市保健センター

定員 30人（先着順）

参加料 無料

申込・問合せ先 6月20日(月)午前9時から30日(木)までに、直接または電話で西尾市保健センター（☎57・0661）へ。

その他 ①都合により、日時や内容などを変更する場合があります ②託児はありません。

回	日時	内容		講師
1	7月7日(休) 午前9時30分～11時30分	開講	オリエンテーション	西尾保健所健康支援課課長補佐 小田雅嗣氏
		講義	私たちの食生活の現状と健康づくりについて	
2	8月30日(火) 午前9時30分～午後1時30分	講義	食事バランスガイドの活用について	愛知学泉短期大学食物栄養学科 早瀬須美子氏
		調理実習	栄養バランスのよい食事作り	
3	9月27日(火) 午前9時30分～11時30分	運動実技	身近な運動でリラックス	健康運動指導士 松崎幸子氏
4	10月6日(休) 午前9時30分～午後2時30分	講義	年代別の食事 乳幼児期、学童期、思春期	管理栄養士 河合初代氏
		調理実習	子育て世代のメニュー	
		講義	食品の表示について	
5	11月7日(月) 午前9時30分～午後2時30分	講義	年代別の食事 青年期、壮年期、高齢期	管理栄養士 畔柳紀子氏
		調理実習	生活習慣病予防食	
		講義	健康な歯でおいしく食事を	
6	12月19日(月) 午前9時30分～午後1時30分	交流会	地域の健康づくりについて考え、地域にいかそう	西尾保健所健康支援課課長補佐 小田雅嗣氏
		調理実習	簡単朝食メニュー	
		閉講	修了証授与	

一色町公民館講座

対象 市内在住、在勤または在学の16歳以上の方

申込期間 6月24日(金)～7月10日(日) 午前9時～午後8時30分
※月曜日を除く。

申込・問合せ先 受講料を持参の上、直接一色町公民館（☎72・3411）へ。先着順。代理人での申し込みもできますが、電話や郵送での申し込みはできません。

その他 申込者が少ないときは開講しない場合があります。

☎受講料 ☎教材費

講座名	日時	内容	定員	費用	講師	持ち物
体験なんでも屋・手作りソーセージ	7月31日(日) 午前10時～正午	豚ミンチ肉でウインナーソーセージを作ります	20人	☎200円 ☎1,500円	鈴木香代子氏	エプロン、割りばし、持ち帰り用ビニール袋、筆記用具