

募集

学校給食センター  
見学と試食会

給食センターを見学し、学校で食べている給食を試食します。  
**日時** 11月9日(木)・15日(水)午前9時30分～11時30分  
**会場** 学校給食センター  
**対象** 市内在住の中学生以下の保護者  
**定員** 各日20人(先着順)  
**参加料** 223円(試食代)  
**その他** 参加料は当日集金します。釣り銭のないようにしてください  
**申し込み・問い合わせ** 10月23日(月)～11月2日(木)に電話で学校給食センター(☎②8998)へ

スポーツ  
問い合わせ 508213

**親子コーディネーショントレーニング教室**  
**日時** 11月19日～1月28日の日曜日(全10回)午後2時～

3時(12月31日を除く)  
**会場** みずとぴあ藤岡  
**対象** 市内在住の年少～年長児とその保護者  
**定員** 10組(先着順)  
**参加料** 1組2000円  
**持ってくる物** タオル・飲み物・室内シューズ  
**申し込み** 10月23日(月)～11月10日(金)に参加料を持ってスポーツ課へ

冬桜ウォーク



**日時** 12月3日(日)午前8時受け付け、9時出発  
**集合場所** 三波川第2コミュニティセンター  
**コース** 桜山公園周辺▽11kmコース▽7kmコース  
**対象** 健康な人(小学生以下は保護者同伴)  
**参加料** ▽大人1800円当日申し込み1000円▽中学生以下無料

**申し込み** 11月10日(金)までに参加料を持ってスポーツ課へ

健康福祉  
レディース検診(予約制)

**日時** ▽12月8日(金)午後1時～3時▽10日(日)午前9時～11時  
**会場** 市保健センター  
**内容・定員・料金** 下表のとおり  
**対象** 令和6年4月1日現在で次の年齢の女性▽子宮頸がん検診▽20歳以上の偶数年齢・前年度未受診の20歳以上の奇数年齢・国の示す無料クーポン対象者の21歳▽乳がん・甲状腺がん検診▽40歳以上の偶数年齢・前年度未受診の40歳以上の奇数年齢・国の示す無料クーポン対象者の41歳▽骨粗しょう症検診▽40・45・50・55・60・65・70歳  
**その他** ▽住民税非課税世帯および生活保護世帯の人には検診無料券を渡します。事前に健康づくり課へ連絡してください▽受診には各検診の受診票が必要です。持っていない人は健康づくり課へ問

レディース検診 内容・定員・料金

	子宮頸がん検診	乳がん・甲状腺がん検診	骨粗しょう症検診
<b>定員(先着順)</b>	各70人		
<b>内容</b>	内診と子宮頸部の細胞検査	乳房視触診とマンモグラフィ(エックス線検査)の併用検診	かかとの超音波検査
<b>料金</b>	500円	1,000円	1,000円
	無料クーポン対象者・70歳以上・住民税非課税世帯・生活保護世帯の人は無料		

い合わせてください  
**申し込み・問い合わせ** 11月1日(水)～15日(水)に健康づくり課(☎④2808)へ

健康マイレージ日

健康マイレージ事業のうち、次の3つを実施します。  
**日時** 11月15日(水)午前10時～11時30分  
**会場** 市保健センター  
**内容・対象** ①健康マイレージポイントを1ポイント付与②「G-WALK+」で10月中に24万歩達成した人③ゴミ袋セットと交換④健康マイレージポイントを5ポイント貯めた人⑤マイレージポイントのさかのぼり付与⑥健康づくり課が担当する対象の検診を受けた時にマイレージポイントが付与されなかった人  
**持ってくる物** ▽健康マイレージポイントカード▽11月24万歩達成したことが分かるスマートフォン(①のみ)▽マイレージポイント付与の対象

令和6年はたちを祝う会

問い合わせ 生涯学習課(☎②6888)

**日時** 令和6年1月7日(日)午後0時15分受け付け、1時開式  
 ※今年度は1部制で開催します  
**会場** みかぼみらい館  
**対象** 平成15年4月2日～16年4月1日生まれで次のいずれかに該当する人▷市内に住民登録がある▷市内に住民登録がないが、市内の学校に在学していた▷市内に住民登録がないが、市内に在勤・在学している  
**案内状** 市内に住民登録がある人には、11月上旬に発送します。市内に住民登録がない人は、12月20日(水)までに生涯学習課へ連絡してください



スタッフ募集

二十歳を祝う会スタッフとして、二十歳を祝う会をより思い出深いものにしましょう。  
**内容** 受け付け・司会・記念品受領・二十歳の誓い・抽選会運営など  
**対象** 本市の二十歳を祝う会に出席予定の人  
**定員** 10人(先着順)  
**申し込み・問い合わせ** 11月17日(金)までに生涯学習課へ



合同筋力トレーニング

となる検診の検診結果(③のみ)  
**その他** ▽②は年度内で1人1回のみとなります▽③において、さかのぼり付与ができるのは、年度内に受けた検診のみとなります  
**問い合わせ** 健康づくり課(☎④2808)  
**合同筋力トレーニング**  
**日時** 11月10日(金)午後1時30分～3時30分  
**会場** 市民ホール  
**内容** ▽第1部▽10の筋トレ総復習▽第2部▽10の筋トレ最新事情(家の外で、仲間と一緒に取り組もう)  
**講師** 浅川康吉さん(東京都立大学健康福祉学部教授)  
**参加料** 無料  
**持ってくる物** 動きやすい服装  
**申し込み・問い合わせ** 10月23日(月)～11月2日(木)に元気長寿課(☎④2809)へ



イベント

図書館情報

講座・教室

募集

スポーツ

健康福祉

その他