

スキルアップセミナー

エンジンの電子制御基礎講座

日時 12月2日(月)・5日(木)・9日(月)・12日(木)午後5時～8時15分

申込期限 11月11日(月)

空気圧機器入門(PLC編)

日時 12月3日(火)・6日(金)午後5時～8時15分

申込期限 11月12日(火)

Jw·cad入門Ⅱ

(平面図作成編)

日時 12月10日(火)・12日(木)・17日(火)・19日(木)午後5時～8時15分

申込期限 11月19日(火)

実務で生かすRPA応用

(Python活用編)

日時 12月11日(水)・12日(木)午前9時～午後4時30分

申込期限 11月20日(水)

被覆アーク溶接(手溶接)

実技講習

日時 12月16日(月)～19日(木)午後5時～8時15分

申込期限 11月25日(月)

企業ロゴ作成研修

日時 12月19日(木)・20日(金)午前9時～午後4時30分

申込期限 11月28日(木)

共通事項

会場 高崎産業技術専門学校(高崎市山名町)

受講料 9600円

その他 講座の詳細は下記2次元コードを読み取り確認してください



申し込み・問い合わせ ホームページから所定の受講申込用紙をダウンロードして高崎産業技術専門学校(☎027・320・2221)へ

申し込み・問い合わせ 申し込み期限 11月12日(火)

スポーツ 問 ☎8213

家庭婦人バレーボール大会

日時 12月1日(日)午前9時競技開始

会場 市民体育館

種目 9人制(家庭婦人)

対象 市内に在住する既婚者および35歳以上の女性で編成されたチーム

参加料 1チーム3000円

申し込み 11月13日(水)までに電話でスポーツ課へ。参加チームは代表者が参加料を持って11月15日(金)午後7時から総合

合同筋力トレーニング

10の筋トレを考案した先生から、筋トレ全般について楽しく指導を受けられる教室です。正しいトレーニングの方法を学び、健康寿命を延ばしましょう!



日時 11月19日(火)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の筋トレ誕生秘話
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 動きやすい服装で来てください
申し込み・問い合わせ 11月13日(水)までに元気長寿課(☎402809)へ

成人健康相談

日時 11月12日(火)午後1時～4時(要予約)

会場 保健センター

内容 ▽健康や栄養・薬についての相談会▽血管年齢測定▽体組成測定など

持ってくる物 検診結果票・健康手帳・お薬手帳など相談対象者の健康状態が分かる物
その他 ▽相談は家族など本人以外でも受け付けます▽ペー



手話をやってみよう(第68回)

手話は音声言語と異なり、手指や体の動き、表情を使って視覚的に表現する言語です。手話が身近な言語となるよう、皆さんもやってみましょう。今月は「悲しい」を紹介します。

【悲しい】



親指と人差し指の指先を合わせて、目元から頬に沿って下に下ろす。

問い合わせ 福祉課(☎402384)

健康福祉

戦没者追悼式

終戦から79年という長い年月が過ぎました。戦争の悲惨さを後世に伝えるとともに、犠牲になった戦没者に哀悼の意を表すため、追悼式を行います。

生涯骨太ツッキング教室

日時 11月9日(土)午前10時
会場 市民ホール
問い合わせ 福祉課(☎40297)

日時 11月26日(火)午前10時～正午(午前9時50分受け付け)

会場 保健センター
内容 ▽講話Ⅱメタボ予防からフレイル予防へ▽調理実習Ⅱ野菜たっぷり春巻き・じゃがいもチヂミ・きゅうりと鶏のさっぱり酢の物・季節の果物

認知症サポーター養成講座

日時 11月21日(木)午前10時～11時30分(午前9時45分受け付け開始)

会場 地域づくりセンター藤岡
内容 認知症の症状や認知症の人との接し方など。受講後、認知症の人を支援する目印となるオレンジリングを渡します

対象 認知症に関心のある人
定員 20人(先着順)
参加料 無料
持ってくる物 筆記用具
申し込み・問い合わせ 11月18日(月)までに地域包括支援センター(元気長寿課内 ☎402287)へ

市民公開講座

「家族で考える小児の肥満」

日時 11月30日(土)午後1時～3時
会場 藤岡総合病院
演題・講師 ▽小児肥満の現状Ⅱ渡部登志雄さん(藤岡総合病院副院長)▽こどもの肥

秋季消防点検

満と食事Ⅱ堀越勝さん(管理栄養士)
定員 60人(先着順・要予約)
参加料 無料
申し込み・問い合わせ 11月28日(木)までに下記2次元コードを読み取りまたは電話で藤岡総合病院(☎23311)へ



その他

日時 11月10日(日)▽第1部Ⅱ午前9時～10時30分▽第2部Ⅱ午前10時30分～午後0時30分
会場 中央公園
内容 ▽第1部Ⅱ表彰、分列行進、服装・車両点検▽第2部Ⅱはしご車搭乗体験など
その他 当日、朝7時ごろサイレンを鳴らします。火災と間違えないようにしてください
問い合わせ 地域安全課(☎27444)