

## ファミリー講座 親子リトミック

子育て支援課 ☎ 66-1107

リズムに乗って体を動かす楽しさを親子で感じてみましょう。

と き 10月27日 午前10時30分～11時30分

と ころ 生命の海科学館メディアホール

講 師 リトミック指導者 中村清美

対 象 市内在住の0歳児のお子さんとその保護者

定 員 15組

参加費 無料

申し込み 9月27日 直接または電話で中央子育て支援センター ☎ 69-3511) へ。



## 介護予防教室

寿楽荘 ☎/FAX59-7411  
長寿課

●脳を刺激しよう  
と き・内容

11月12日 新聞紙を使って楽しむ

12月10日 クリスマスリースづくり

1月14日 小物づくり講座

各金曜日 午後1時30分～3時30分

定 員 20人

●からだを動かそう

と き 毎月第1・3火曜日 午後1時30分～3時

内 容 健康運動指導士による器具を使った運動

定 員 25人

【共通事項】

と ころ 寿楽荘

対 象 市内在住の60歳以上の方

受講料 無料

申し込み 各開催日の2週間前までに、電話またはファクスで、住所・氏名・年齢・電話番号を寿楽荘へ。

## 公民館講座

### 木目込みで作る干支「豆寅」

生涯学習課 ☎ 66-1167

好きな色と柄を組み合わせる6センチの「豆寅」を作ります。

と き 11月27日 午前9時30分～正午

と ころ 西浦公民館2階講堂

対 象 市内在住・在勤の方

定 員 12人

受講料 1,000円

持ち物 タオル、持ち帰り用袋

申し込み 10月19日 直接または電話で西浦公民館 ☎ 57-2398) へ。



スマホがきっと  
好きになる

## 高齢者向けスマホ教室



長寿課 ☎ 66-1105

電源の入れ方から電子決済の活用方法まで、苦手な方にも丁寧に説明します。

**基礎編** 電源の入れ方、電話のかけ方、カメラの使い方、メールやインターネットの使い方

**応用編** マップの使い方、SNSの使い方、ユーチューブの見方、ズーム（テレビ会議）の使い方

と き	と ころ
10月12日 日	西浦公民館
10月14日 日	蒲郡公民館
10月19日 日	形原公民館
10月21日 日	府相公民館
11月 4日 日	東部公民館
11月 9日 日	北部公民館
11月11日 日	西部公民館
11月18日 日	三谷公民館
11月25日 日	塩津公民館
11月30日 日	小江公民館
12月 2日 日	大塚公民館

☉ 午前10時～11時30分 ☉ 午後1時～3時

### 活用編

マイナンバーカードの申請方法・マイナポータル  
の活用方法

と き・と ころ

12月9日 日 午前10時～正午、午後1時～3時  
府相公民館

### キャッシュレス編

電子決済の活用方法など

と き・と ころ

12月16日 日 午前10時～正午  
楽笑モール（三谷町須田10-68）

【共通事項】

申し込み 電話またはQRコードで、楽笑 ☎ 66-6228) へ。



申し込みは  
こちらから

