

あなたの力を貸してください
**みのかもクリーン作戦
 ボランティア募集**

環境課 内線307

みのかもクリーン作戦で集めたごみの分別などを、手伝っていただける人を募集します。

◇と き 9月12日(日)
 午前8時30分～正午

◇と ころ 文化会館、山之上がれき処分場

◇申込み 8月21日(土)までに
 直接または電話で環境課へ



仲間づくりに

マタニティ・クラス

健康課 25・4145

◇と き

1・3回目

午後1時30分～4時

2・4回目

午前9時30分～正午

○1回目 8月12日(木)

妊娠中期の過ごし方・お母さん、赤ちゃんの歯の話など・妊婦体操

○2回目 8月26日(木)

妊娠中の食事についての話・

マタニティクッキング

○3回目 9月9日(木)

妊娠後期の過ごし方・お産

おっぱいの話・お口のチェック

○4回目 9月15日(水)

子育て中のお母さん、赤ちゃんとの交流・子育てサービス

について

◇定 員 20人(先着順)

◇申込み 直接または電話で健康課へ

**介護の悩みを話し合いませんか
 痴ほう性高齢者をかかえる
 家族のつらい**

健康課 25・4145

介護からくるストレスの解消方法を体験します。

◇と き 8月24日(火)

午前10時～午後2時30分

◇と ころ 総合福祉会館

◇内 容 座談会(ビデオ鑑賞・アロマテラピー(芳香療法)によるリラクゼーション)

◇対 象 市内の痴ほう性高齢者をかかえる家族

◇定 員 20人(先着順)

◇申込み 8月13日(金)までに
 直接または電話で健康課へ



歌うと心が晴れますよ

音楽の広場

総合福祉会館 28・6111

歌をうたったり、リズムに合わせて体を動かしたり、みんなで楽しいひとときを過ごしましょう。

◇と き 8月19日(木)

午後1時30分～2時30分

◇と ころ 総合福祉会館

◇対 象 市内在住で60歳以上の
 上の人

※申し込みは不要です

**心も体もリラックスできますよ
 ヨーガ教室**

総合福祉会館 28・6111

呼吸に合わせて、ゆっくりじっくり体を動かしましょう。

◇と き 8月31日(火)

午後1時30分～2時30分

◇と ころ 総合福祉会館

◇対 象 市内在住で60歳以上の
 人

※申し込みは不要です

何がみつかるとボランティア

国際交流ボランティア研修会 in Minokamo

◇と き 8月22日(日) 午後1時～4時30分

◇と ころ 中央公民館

◇内 容

・演 題 「文化の違う人々との共生に向けて
 ～日本語支援を通して～」

講 師 (社)国際日本語普及協会常務理事 関口明子さん

・演 題 「愛・地球博と岐阜県ボランティアとのコラボレーション(共同)」

講 師 愛・地球博ボランティアコーディネーター
 天野由利子さん

※講演会後ボランティア懇談会があります

◇定 員 50人(先着順)

◇参加料 無 料

◇申込み 直接または電話で市民まちづくり推進室へ

市民まちづくり推進室 28・1138

生の演奏を身近で楽しもう

ドリーム コンサート

美しいピアノの調べをお楽しみください。

◇と き 8月13日(金)
 午後7時～

◇と ころ 文化会館

◇出 演 ピアニスト
 篠田あつこさん

◇入場料 無 料

文化会館 25・1108