

暮らしの たより

講座教室

応急手当普及員養成講習会

☎ 消防本部警防課 55-2856

事業所、自主防災会組織などの団体に所属する人がこの講習を修了し、資格を取得することにより、所属団体の構成員に救命講習会で指導することができます。

と き 次の9日間のうち3日間で

A B Cの順に受講

A：10月5日(火)、11月6日(土)、12月7日(火)

B：10月6日(水)、11月13日(土)、12月8日(水)

C：10月7日(木)、11月21日(日)、12月9日(木)

受講時間 3日間(各8時間)

定員 各日20人(先着順)

受講料 3,200円(テキスト代)

申し込み Aの受講希望日の前月22日までに受講料を持参し、消防本部警防課へ

平成16年度 第2回 甲種防火管理者資格付与講習会

☎ 消防本部予防課 55-2859

と き 10月21日(木)・22日(金)

9:00～16:30

ところ 消防防災庁舎7階大会議室

定員 130人(先着順)

受講料 3,500円(テキスト代含む)

申し込み 9月27日(月)から受け付けます。受講申請書(消防本部予防課で配布)写真1枚(縦4cm×横3cm)受講料を持参し、消防本部予防課へ

働く人の労働安全衛生講座

☎ 商業労政課 55-2778

10月1日～7日は全国労働衛生週間です。職場の安全衛生について学んでみませんか。

と き 10月7日(木)

開場18:00 開講18:30

ところ ラ・ホール富士5階研修室

内容 “元気ほんわか”ストレス回復講座

対象 市内在住・在勤の人

定員 150人 受講料 無料

講師 遠藤昌弘さん(メンタル・サ

ポート^{ネットワーク}代表)

申し込み 10月4日までに直接または電話で商業労政課へ

仕事と家庭両立支援セミナー

☎ 商業労政課 55-2778

仕事と家庭の両立について一緒に考えてみませんか。

と き 10月19日(火)

開場18:00 開演18:30

ところ ラ・ホール富士5階研修室

内容 講演「仕事、家庭、“両立”ってどうやんねん？」

対象 市内在住・在勤の人

定員 150人 受講料 無料

講師 大谷由里子さん(有志縁塾代表取締役)

申し込み 10月14日までに直接または電話で商業労政課へ

託児コーナーあり(要予約・無料)

富士市マイホームセミナー

☎ 商業労政課 55-2778

と き 10月3日(日) 10:00～12:00

ところ ラ・ホール富士7階AVルーム

内容 マイホームに関する税金や資金計画について

定員 45人程度

参加費 無料

申し込み 9月30日までに直接または電話で商業労政課へ

託児コーナーあり(要予約・無料)

健康ウォーキング講座

☎ 保健福祉センター 64-8993

と き 9月30日～12月2日 各水曜日(11/11除く)計8回(9/30は13:00～15:30、11/18・25は時間指定)9:15～11:30

ところ フィランセ西館4階ホール
内容 ウォーキング、ストレッチ体操など

対象 市内在住でコレステロール・中性脂肪の値が要指導の40～64歳の人

定員 30人

受講料 500円(スポーツ保険料)

申し込み 9月24日までに電話で保健福祉センターへ

糖尿病予防教室

☎ 保健福祉センター 64-8993

と き 10月4日(月)・12日(火)・18日(月)・25日(月)、11月1日(月)・8日(月)・15日(月)・29日(月) 計8回(11/8

は9:30～12:15、11/29は時間指定)13:30～15:30

ところ フィランセ西館

内容 医師の話「糖尿病とは」、食事療法の基礎、運動療法の話と実技、個別健康相談、調理実習

対象 血糖値が高く改善の必要がある40～69歳の人及びその家族、血糖値の高い血縁者がいる人など

定員 20人

受講料 調理実習時の材料費を一部自己負担

持ち物 健診結果、筆記用具、健康手帳(ある人のみ)

申し込み 9月27日までに電話で保健福祉センターへ

ゆで落花生ととうもろこし団子づくり

☎ 市立博物館 21-3380

と き 10月3日(日) 9:30～13:00

ところ 市立博物館

内容 落花生の収穫、ゆで落花生づくり、トウモロコシの粉を使っただんごづくり

定員 親子20組40人(先着順)

参加費 200円(保険料含む)

当日徴収

持ち物 昼食、水筒、汚れてもよい服装、軍手、ビニール袋

申し込み 9月20日(月)の9:00から受け付けます。電話で市立博物館へ

富士の型染教室

☎ 市立博物館 21-3380

と き 10月20日、11月17日、12月15日、平成17年1月19日、2月16日、3月16日 各水曜日 計6回 9:30～15:30

ところ 市立博物館工芸棟染色室

定員 20人(先着順)

受講料 2,000円(材料費別途)

申し込み 10月1日(金)の9:00から受け付けます。直接または電話で市立博物館へ

第5回 手すき和紙体験 ～カレンダーづくり～

☎ 市立博物館 21-3380

と き 10月3日(日) 9:30～12:00

ところ 市立博物館北側実習室

定員 20人(先着順)

参加費 500円

持ち物 エプロン、タオル

申し込み 当日直接市立博物館へ完成した作品は後日郵送します。