

清田区体育館・温水プールから

◆内容

～夏休み白旗山自然散策とクリスマスを作ろう～

自然あふれる緑豊かな白旗山を散策しながら、そこで見つけた花や葉など自分の好きなものをクリスマスタルの中に閉じ込めて、自分だけの宝物を作ります。

夏休みの楽しい思い出にもなるので、一緒に参加しませんか。

◆日時 7月28日(土)午前10時～午後2時。

◆会場 白旗山競技場(真栄502番地)。

◆対象 小学校1年生～6年生。

◆定員 21人。

◆費用 3千円。

◆申込方法 土・日曜、祝日を含む7月11日(水)～17日(火)午前9時～午後8時30分に電話または直接窓口でお申し込みください。

申し込み多数の場合は、7月18日(水)午後1時から抽選を行いますので、7月18日(水)午後2時～19日(木)午後9時に抽選結果を電話でご確認ください。

◆申込先・詳細 清田区体育館・温水プール

☎(882)95000



応急手当講習会

多くの方にとって、より分かりやすく、そしてより救命効果を高めるため、本年4月から心肺蘇生法を含めた応急手当の内容が大幅に変わりました。

そこで清田消防署では、多くの方々に最新の応急手当の知識と方法を身に付けていただくため、応急手当講習会を開催しています。話題のAED(自動体外式除細動器)の訓練もありますので、ぜひご参加ください。

◆内容 3時間で胸骨圧迫、人工呼吸、AEDの使用方法などを習得。受講後には修了証を交付します。

◆日時 年末年始を除く祝日の午前10時～午後1時。

※本年度は7月16日(祝)、9月17日(祝)、9月23日(祝)、10月8日(祝)、11月3日(祝)、11月23日(祝)、12月23日(祝)、1月14日(祝)、2月11日(祝)、3月20日(祝)に開催します。

◆会場 清田消防署(平岡1条1丁目)1階講堂。

◆費用 無料。

◆申込方法 講習会前日までに、電話でお申し込みください。

◆申込先・詳細 清田消防署

防課 ☎(883)2100



市民健康教育

里美ふれあいクラブから8月講座のお知らせ

医療と保健にまつわる話題の最新情報をテーマに、区内の医療機関の医師を講師に招いて講演会を開催します。

今回は、生活習慣病と密接に関連するものとして注目されている「メタボリックシンドローム」について、予防法などを紹介するとともに、希望者(要事前予約)には実際に測定も行います。

テーマ	あなたは大丈夫? 「メタボリック症候群」対策
講師	医療法人 清田病院循環器科医長 野澤(のぞわ) えり氏
日時	8月7日(火)午後2時～3時
会場	区役所2階保健センター講堂
費用	無料
申込方法	当日、直接会場にお越しください。

【メタボリックシンドローム危険度チェック】

- ◆内容 血管年齢測定、血圧測定、腹囲計測、体脂肪測定
- ◆受付日時 8月7日(火)午後1時～1時30分
- ◆会場 区役所2階保健センター会議室
- ◆申込方法 事前予約制(定員50人、先着順)となりますので、希望される方は土・日曜日を除く7月23日(月)～31日(火)の午前9時～午後5時に電話または直接窓口でお申し込みください。※測定は市民健康教育に参加される方に限らせていただきます。

申込先・詳細: 健康・子ども課健やか推進係  
☎889-2400(内線525、526)

内容・日時・定員	パソコン「ワード」講座「ワードでカレンダー作成」 ワードを使って、写真(画像)を入れたカレンダーを作成します。 パソコンのマウス操作がスムーズにできる方が対象です。 ※カレンダーに使用したい写真(画像)がある方は、メモリーカードやCD-ROMなどにデータを入れてお持ちください。 日時 8月6日(月)午前10時～正午 定員 10人
会場	里塚・美しが丘まちづくりセンター内「里美ふれあいクラブ」スペース
申込方法	7月19日(木)までに電話または直接窓口でお申し込みください(土・日曜、祝日を除く午前8時45分～午後5時15分)。申し込み多数の場合は抽選を行い、当選者のみはがきで通知します。
受講料	受講料800円。 受講が決定した方は、7月31日(火)までに窓口で納めてください(土・日曜日を除く午前8時45分～午後5時15分)。期限までに受講料の納入がない場合は、キャンセルになります。一度納入いただいた受講料はお返しできませんので、ご了承ください。
申込先・詳細	里塚・美しが丘まちづくりセンター(里塚2条6丁目里塚ノースヴィレッジ2階)☎884-1210



広告