

## 清田区の統計情報

人口	114,883人 (+67)
男	54,477人 (+47)
女	60,406人 (+20)
世帯数	42,909世帯 (+80)

8月1日現在  
( )内は前月比

### 清田区人材育成講座「くらし塾 きんゆう塾」

テーマ 人生はこれから「ゴールデンタイム」!、「世代」で得たい「ヒト・モノ・カネ」

講師 金融広報アドバイザー 横江 光良氏、清田区未来ネット講師 稲塚 憲太郎氏

日時 10月9日(木)午後6時45分～9時

会場 区民センター(清田1条2丁目)集会室4

定員・参加料 20人・無料

申込方法 ファクスまたはEメールでお申し込みください。

申込先 清田区未来ネット金融学習グループ 鯉淵 佳代

☎884-3673 FAX 884-3991

E-mail: HOMIRAI NETTO@aol.com

詳細: 清田区民センター運営委員会(清田1条2丁目)

☎883-2050

### 若返ろう!しゃっきり教室

本年度3回目の介護予防教室を開催します。皆さんからの要望を取り入れた、昨年度よりもパワーアップした内容です(全8回)。下記の内容のほか、毎回、簡単な脳トレーニングと体操を行います。4日以上参加者には、修了書をお渡します。

内 容	実施日
①自分の体を振り返ろう!しゃっきり度チェック編 血管年齢、体脂肪などの身体機能測定や脳トレで、自分の体の振り返り。	10/7(火)
②あせらず、転ばず、足腰しっかり編 自分の体力に合わせた足腰の筋力をつける体操を理学療法士が紹介。	10/15(水)
③一歳でも若く!脳力向上編 脳の若さを保つコツを札幌市立大学の先生が紹介。	10/21(火)
④お口から始まる健口づくり編 口の健康を維持する健口(けんこう)体操などを歯科衛生士が紹介。	10/28(火)
⑤おっと!待った!その契約!悪徳商法お断り編 悪徳商法に引っ掛からないコツ、もし契約してしまったときの対応などを消費者センター職員が紹介。	11/4(火)
⑥リズムに合わせてお手軽エクササイズ編 リズムに合わせて楽しく全身を動かしましょう! 運動指導士が紹介。	11/12(水)
⑦体にえ〜よ〜バランス食事編 一目で分かる食事バランスを管理栄養士が紹介。	11/18(火)
⑧見つけた!私のしゃっきり生活編 今までを振り返って、自分のしゃっきり生活を見つけてみましょう! 修了式も行います。	11/25(火)
時間	午後2時から2時間程度(午後1時45分受け付け開始)
所	区役所2階保健センター講堂ほか
申 費	9月29日(月)～10月6日(月)に電話でお申し込みください(定員30人、先着順)。無料。
申込先・詳細	保健福祉課保健支援係 ☎889-2400(内線358・361)

### 第12回清田区ふれあいコンサート



“国内外で活躍している著名な音楽家による夢の競演”が清田区で実現します。土田 英順氏ほか豪華メンバーがピアノ、バイオリン、チェロ、ソプラノで優美な音色を奏でるクラシックコンサートです。

日時 10月26日(日)午後2時開演(午後1時30分開場)

会場 区民センター(清田1条2丁目)区民ホール

入場料 500円(前売券のみ) 幼児以下は無料

前売券は、区民センター窓口、区役所3階売店で販売しています。そのほか、各町内会の回覧板でご確認ください。

不明な点は、清田区民コンサート実行委員会事務局(佐藤 宅)

☎882-1562)へお問い合わせください。

詳細: 清田区民センター運営委員会(清田1条2丁目)

☎883-2050



### 清田区民センター・NPO法人NEXTDAY共催講座の受講生募集

講座名	内 容	実施日	曜日	時 間	会場	定員	受講料※ (教材費)
①パソコンはじめての一步(初心者向け)	ソフトウェアの使い方に特化せず、本当にパソコンを使えるようになるための基礎的知識、技術の習得を目指します(全12回)。	10月1、8、15、22、29日、11月5、12、19、26日、12月3、10、17日	水	午後1時30分～3時30分	視聴覚室	20人	7,500円 (2,500円)
②家庭でのパソコンとの付き合い方(上級者向け)	日常的に使っているパソコンの一步進んだ活用を目指します。ワード・エクセルの押さえておきたいポイント、Web、メールの上級の使い方や家庭内セキュリティの正しい知識を学びます(全5回)。	10月2、9、16、23、30日	木	午後6時30分～8時30分		20人	3,100円 (1,000円)

対象 区内にお住まいかお勤めで15歳以上の方(中・高校生を除く)。お子さん連れの受講はできません。①初めてパソコンにふれる方、これから始めたい方、使ったことはあるがもう一度基礎からしっかりと覚えたい方(以前に同講座を受講した方はご遠慮ください)。②日常的にパソコンをお使いの方。

申込方法 9月12日(金)～15日(祝)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。申し込み多数の場合は9月16日(火)午前10時30分に区民センターロビーで公開抽選(立ち会い自由)を行い、当選者、補欠者のみに電話でお知らせします。定員に満たない講座は申込締め切り日後も受け付けを行います。また、申込者が少ない講座は中止する場合があります。

※ 受講確定後、9月21日(日)までの午前9時～午後5時に受講料と教材費を窓口で納めてください。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: 清田区民センター運営委員会(清田1条2丁目) ☎883-2050

### 里塚・美しが丘地区センター講座受講生の募集

講座名	内 容	日 時	受講料	定員	申込締切日
やさしい折り紙講座(大人編)	日本の伝承文化の折り紙作りを楽しみます。	9/22(月)、9/29(月) 午後2時～3時30分(全2回)	500円 (教材費込)	10人	9/19(金)
やさしい折り紙講座(こども編)	折り紙の基本から応用まで。	10/13(祝) 午前10時～11時	100円 (教材費込)	10人	10/4(土)
コーチング入門講座	子育てに役立つコミュニケーションの方法を体験的に学びます。	9/25(木)、9/26(金) 午前10時～正午(全2回)	1,000円	20人	9/24(水)
押し花講座	押し花で、はがき・アレンジフレームなど5種類を製作(5回目は、クリスマスミニフレーム)。	10/7(火)～12/2(火)の第1・第3火曜日 午前10時～正午(全5回)	6,000円 (教材費込)	10人	9/30(火)
申込方法	各締め切り日までの午前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(同時に受講料もお納めください)。				
その他	全講座共通で有料託児を受け付けます。講座と同時に申し込みください(1回500円)。				

申込先・詳細: 里塚・美しが丘地区センター(里塚2条5丁目) ☎888-5005