

講習・講座

健康サポーター養成講座

はんだ健康マイレージ

日時 11月17日(火)～12月8日(火)の毎週火曜日(全4回)

13時30分～15時

場所 保健センター

対象 おおむね40～64歳の市内在住の方

定員 20名(先着順)

内容 栄養士・歯科衛生士・保健師の講話、現役サポーターによる活動紹介、健康測定、エクササイズなど

持ち物 筆記用具・飲み物

受講料 無料

申込み・問い合わせ 10月2日(金)9時から、電話で保健センターへ

☎84-0646

※はんだ健康マイレージの対象講座です。

脂肪燃焼体操教室

はんだ健康マイレージ

日時 11月10日・17日、12月1日・8日・15日の全て火曜日(全5回)

13時30分～15時

場所 市民交流センター(クラシティ3階)

※1回目に体組成計を使用した体内年齢測定も行います。
 場所 半田市体育館 体育室
 対象 おおむね40～64歳までの市内在住の方
 定員 20名
 (初めての方を優先)
 持ち物 飲み物・バスタオル・フェイスタオル・必要な方は室内シューズ
 参加費 200円(保険代込)
 申込み・問い合わせ 10月1日(木)9時から、電話で保健センターへ
 ☎84-0646
 ※はんだ健康マイレージの対象講座です。

半商コミュニティスクール(高校生と)にパソコン・スマホを学びましょう

日時 10月21日(水)、11月18日(水)、12月9日(水)

①13時30分～14時

②14時30分～15時

※複数回の受講も可能です。

場所 市民交流センター(クラシティ3階)

対象 パソコン・スマートフォン初心者の方

ミニテニス教室

はんだ健康マイレージ

定員 各回10名(先着順)
 持ち物 ノート型パソコンまたはスマートフォン(必要があれば充電器)
 参加費 無料
 申込み・問い合わせ 10月1日(木)～19日(月)に、氏名・住所・年齢・電話番号を電話、FAXで市民交流センターへ
 ☎32-3430
 FAX 32-3447

ビニール製の大きなボールを使用するミニテニスの教室です。
 日時 11月1日(日)～令和3年2月21日(日)の毎週日曜日(全14回、12月27日、令和3年1月3日・10日を除く)9時30分～11時30分
 ※全てに参加できなくても受講可能です。

ひきこもり家族教室

参加費 無料
 申込み・問い合わせ 10月5日(月)～26日(月)に、電話、FAX、Eメールまたは直接スポーツ課へ
 ☎22-1184
 FAX 24-0488
 Eメール sports@city.handa.lg.jp
 ※はんだ健康マイレージの対象講座です。

ひきこもりについての正しい知識や本人へのより良い対応を一緒に学びませんか。
 一人でも悩まず、お気軽にご参加ください。
 日時など 別表のとおり
 場所 半田保健所 大会議室(4階)

対象 ひきこもりの方を支える家族
 定員 各回25名(先着順)
 ※1回のみ参加も可能です。
 参加費 無料
 申込み・問い合わせ 申込期間に、電話で半田保健所健康支援課こちらの健康推進グループへ ☎21-3340

日時・内容など

回	日時	内容	講師	申込期間
1	12月2日(水) 13時15分～15時15分	ひきこもる暮らしを理解するために～ネットとゲームの基礎知識～	よしかわ とおる 吉川 徹氏 (愛知県医療療育総合センター中央病院 医師)	10月1日(木)～11月25日(水)
2	12月17日(木) 13時15分～15時15分	家族の対応について	ありま まさみち 有馬 正道氏 (あいち福祉振興会 臨床心理士) たくほ ひでき 田窪 英樹氏 (あいち福祉振興会 就労定着支援員)	11月2日(月)～12月10日(木)
3	令和3年1月13日(水) 13時15分～15時15分	親亡き後に備えて～成年後見制度について知ろう～	いまい ともの 今井 友乃氏 (NPO 法人知多地域成年後見センター 事務局長)	12月9日(水)～令和3年1月6日(水)

市政ニュース

情報コーナー

催し

募集

相談

講座など