

募集

輝いています。今のあなた



高齢者体力づくり教室（第2回） 受講生募集

「自ら行う介護予防」として高齢者体力づくり教室を行います。

一人ひとりの体力に合わせたトレーニングで、ふだんの生活では使わない筋肉を動かし、バランスのとれた正しい動きを身につけ、疲れにくい体づくりをしてみませんか！

●対象者 要支援・要介護認定を受けていない65歳以上の方で、教室に継続して参加できる方

●期間 11月9日～2月15日までの毎週火曜日、全12回 9:30～12:00

●募集人員 12名（参加者多数の場合は抽選となります）

●場所 市介護予防センター

●体力づくり内容

- ・トレーニング機器を使用したトレーニング
- ・器具を利用したバランス訓練
- ・運動体力テスト
- ・レクリエーション

●受講料 無料（損害補償保険料1,200円は自己負担となります）

●指導者 理学療法士・保健師・看護師など

●募集期間 10月5日（火）～13日（水）8:30～17:15【土・日・祝は除く】

●申し込み・問い合わせ先 健康推進課 ☎22-1362

家族介護教室参加者募集

在宅介護の知識や技術を習得していただくための教室です。

●日時 11月10日、17日、24日、12月1日（全4回いずれも水曜日）10:00～15:00

●講師 日本赤十字社 家庭看護法指導員

●会場 総合福祉センターなど

●対象者 在宅介護をしている方、関心のある方で、できるだけ全日程参加できる方

●募集人員 15名

●参加費 無料（昼食は各自用意）

●持参する物 筆記用具

※動きやすい服装で参加ください。

●申し込み締め切り 11月1日（月）

●申し込み・問い合わせ先

福祉事務所長寿福祉係 ☎22-1400

月日	内容・時間
11月10日（水）	開講式 ・講話「健やかな老年期を過ごすにあたって」 10:00～12:00 ・実技「日常生活における介護の実際①」（内容）居室・移動 13:00～15:00
11月17日（水）	・講話「自立に向けての介護」 10:00～11:00 ・見学「老人福祉施設」 11:00～12:00 ・実技「日常生活における介護の実際②」（内容）排せつ 13:00～15:00
11月24日（水）	・実技「日常生活における介護の実際③」（内容）食事 10:00～12:00 ・実技「日常生活における介護の実際④」（内容）衣服・清潔 13:00～15:00
12月1日（水）	・実技「家庭における看護の実際①」（内容）床ずれについて 10:00～12:00 ・講話「家庭における看護の実際②」（内容）痴呆とは 13:00～15:00 閉講式

親子レクリエーション参加者募集

母子家庭、父子家庭の方を対象に親子レクリエーションを行います。親子の交流と親睦を深めませんか。

●主催 白石市母子寡婦福祉会

●日時 10月24日（日）8:30～16:30

●行き先 山形県高島方面

（浜田広介記念館ほか）

●参加費 大人500円（昼食代、保険料を含む）、子どもは無料

●募集人員 親子10組（先着順、子どものみの参加はご遠慮ください）

●申し込み締め切り 10月12日（火）

●申し込み・問い合わせ先

市社会福祉協議会 ☎22-5210

今日から始める運動教室（第2回） 受講生募集

●受講無料 生活習慣病予防には、日々の生活で運動習慣を持つことが大切です。気軽に、無理なくできる運動を取り上げた教室です。

●日時 11月5日・12日・26日（全3回、いずれも金曜日10:00～12:00）

●対象 40歳から65歳までの市民の方で、3回とも参加できる方

●場所 市介護予防センター

●募集人員 25名（先着順）

●内容 （1回目）ストレッチング、ウォークエクササイズ（2回目）基礎体力づくり運動（3回目）野外ウォーキング、家庭でできる軽運動

●指導者 健康運動指導士、保健師

●申し込み締め切り 10月15日（金）

●申し込み・問い合わせ先

保険課国民健康保険係 ☎22-1361

愛媛県・徳島県・香川県 集中豪雨等被害者への義援金募集

●受付締め切り 愛媛・徳島県は10月29日（金）、香川県は11月2日（火）

●受け入れ口座番号・名義（郵便局）※通信欄に次のとおり記入すると手数料が無料になります。

〈愛媛県〉・番号 01650-9-1968

・名義（社）愛媛県共同募金会

・通信欄 「台風15号大雨災害」

〈徳島県〉・番号 01680-5-117

・名義（社）徳島県共同募金会

・通信欄 「台風10号大雨災害」

〈香川県〉・番号 01620-5-1965

・名義（社）香川県共同募金会

・通信欄 「台風16号高潮災害」

◎白石市共同募金委員会（事務局：市社会福祉協議会内）☎22-5210

白石城日本刀鑑賞会 参加者募集

作法や手入れ法などを学びます。

●日時 10月24日（日）12:00～

●場所 白石城3階櫓1階特設会場

●定員 先着20名 ●参加費 2,000円

●申し込み・問い合わせ先

白石城管理事務所 ☎24-3030

白石市第一幼稚園・第二幼稚園 平成17年度園児募集

●募集人員

第一幼稚園98名 第二幼稚園81名

3歳児は第一幼稚園40名、第二幼稚園20名が定員ですが、全体の入園希望者が募集人員を超える場合、定員に関わらず4・5歳児を優先しますので、抽選になる場合があります。

●募集対象児

・満3歳児（平成13年4月2日～14年4月1日生まれ）

・満4歳児（平成12年4月2日～13年4月1日生まれ）

・満5歳児（平成11年4月2日～12年4月1日生まれ）

●入園資格

- ・白石市内に在住している方。
- ・小学校学区とは関係ありません。
- ・他園に籍をおいて入園できません。

●保育料 月額5,000円

※市民税の課税状況により保育料を減免する制度があります。

●願書の交付・受付 10月25日（月）以降、各幼稚園で交付し、11月4日（木）～12日（金）まで希望する幼稚園で受け付けます（受付時間は9時～16時、6日・7日（土・日）は休み）。

◎第一幼稚園 ☎26-2347

第二幼稚園 ☎25-6326

白石川河川敷「河川ふれあい農園」 利用者募集

白石川の環境美化と地域住民の健康増進を図るため、県と市が協力して河川公園に準ずるレクリエーション施設として農園を開設します。

●開設時期 12月初旬

●場所 郡山西堀地内

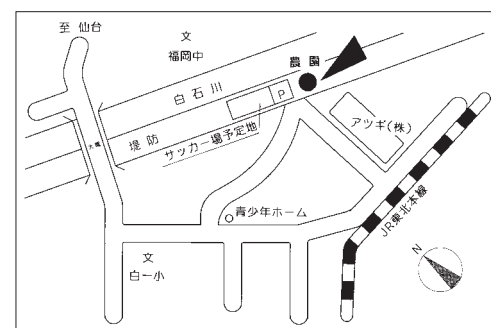
（白石川河川敷右岸）

●募集区画 20区画（1区画15坪程度）応募者多数の場合は抽選 ※農園では、草花や野菜以外の植物（果樹・庭木など）は植栽できません。

●募集期間 10月1日～10月29日

●応募条件 利用者によって結成する「河川愛護団体」への加入

●申し込み・問い合わせ先 都市計画課（市庁舎2階）☎22-1325



市国際交流員キャサリンの 上級英語講座参加者募集

11月から上級の英語講座を開催します。

今回は、英字新聞を使いながら、毎週いろいろなトピックを取り上げ、リラックスした雰囲気の中で楽しく話します。ぜひご参加ください。

English conversation classes for advanced people at the community hall. The class will be open discussion with various topics of interest every week. For those who want to improve their ability in expressing opinions in English, please join me and others and let's have fun together.

●日時 11月16日（火）から毎週火曜日（全12回）19:00～

●場所 中央公民館 ●会費 500円

●定員 20名（先着順）

●申し込み締め切り 10月15日（金）

●申し込み・問い合わせ先 中央公民館 ☎26-2453

市国際交流員キャサリンの 日常英会話講座参加者募集

●受講無料 11月から日常生活の中で使う会話を中心とした英会話講座を開催します。会話を楽しみながら英語を学んでみませんか！

●日時 11月1日（月）から毎週月曜日（全13回）19:00～

●場所 中央公民館

●定員 20名（先着順）

●申し込み締め切り 10月15日（金）

●申し込み・問い合わせ先

中央公民館 ☎26-2453

私立幼稚園（ひかり幼稚園） 平成17年度園児募集

●募集対象児

・3歳児（平成13年4月2日～14年4月1日生まれ）

・4歳児（平成12年4月2日～13年4月1日生まれ）

・5歳児（平成11年4月2日～12年4月1日生まれ）

※満3歳の誕生日から入園できます。

●入園願書配布・受付 10月1日（金）から幼稚園で配布し、11月1日（月）9時より幼稚園で受け付けます。◎ひかり幼稚園 ☎26-3390

秋季川干し清掃奉仕作業 ボランティア募集

市観光協会では、春季に引き続き、市民の皆さんからボランティアを募り、沢端川周辺の美化清掃を行います。多くの市民の皆さんの参加をお待ちしています。

●日時 10月16日（土）7:00～（作業は2時間程度を予定）

●集合 いきいきプラザ駐車場

●服装・持ち物 汚れてもいい服装で長靴を履いてください。「火ばさみ」のある方は持参ください（軍手、ごみ袋は事務局で準備します）。

●申し込み・問い合わせ先 市観光協会事務局（市庁舎2階商工観光課内）☎22-1321

第40回白石市クロスカントリー （断郊競争）大会参加者募集

●日時 11月21日（日）9:00～ ※雨天時は11月23日（祝）に延期

●場所 白石川緑地陸上競技場周辺

●種目 ①約1500m（小学校3・4年男女）②約2000m（小学校5・6年女、一般男50歳以上、女30歳以上）③約2500m（小学校5・6年男、中学女、高校女、一般男40歳代、女30歳未満）④約3700m（中学男、一般男30歳代）⑤約6800m（高校男、一般男30歳未満）

●参加料 小学生 300円 中学生以上 500円

●申込期限 11月1日（月）期限厳守

●申し込み・問い合わせ先 〒989-0231 白石市福岡蔵本字下館 59-4 岩松正博（競技委員長）

☎・☎25-0869

※郵送かFAXで申し込みください。