

**働いている方の
スキルアップ講座**

在職中・求職中の方を対象に実施します。

- ① 3次元CAD入門
 - ② はじめてのプログラミング (python言語を使用)
 - 開催日 12月9日(土)・10日(日)
 - 定員 各10人
 - 申込期限 11月17日(金)
 - 費用 無料
- 宮城県立白石高等技術専門学校
☎35-1511

**「しろいし安心メール」
登録方法**

次のQRコードからご登録ください。

【PC・スマートフォン用】

【フィーチャーフォン用】



第3日曜日は「家庭の日」

今月は11月19日 家族のコミュニケーションは毎日のあいつから

地域包括支援センター

～いつまでも楽しみながら元気に暮らすために～

☎22-1466

いきいき百歳体操 体験教室

筋トレをしながらフレイル(虚弱)を防ぎましょう!

- 日時 11月2・9・16日(全て木曜日)10:00～11:15
 - 場所 介護予防センター
 - 持ち物 飲み物、タオル、上靴
- ※初めて参加を希望される方は、事前にご連絡をお願いします。

オレンジカフェ

認知症があってもなくても参加できるつどいの場です。

- 日時 11月7日(火)・21日(火) 9:30～11:00
- 場所 介護予防センター
- 認知症家族のつどい
- 日時 11月28日(火) 13:30～15:00
- 場所 介護老人保健施設 清風

**子育て応援住宅
入居者募集**



■東大畑住宅

● 募集要件 ①義務教育修了前の子どもを1人以上養育している、②世帯の年間収入が家賃の36カ月分以上、③指定の家賃保証会社と契約

- 所在地 字東大畑87
 - 募集数 1号棟15戸、2号棟13戸
 - 間取り 3DK・53.08㎡
 - 家賃 30,500円～36,500円
 - 受付期間 随時(先着順)
- サンウッドハウジング株式会社 白石営業所
☎050-3704-1000

■定住促進補助制度

子育て応援住宅を退去後3年以内に白石市内に住宅を取得し、定住した世帯に対して〈月額家賃の30%〉×〈子育て応援住宅に入居した月数〉を補助。
建設課 ☎22-1326

自衛官候補生等募集

- ① 一般曹候補生
- 受付期間 11月30日(木)まで
- 試験日
- 【1次試験】12月9日(土)～14日(木)
- 【2次試験】令和6年1月6日(土)～14日(日)
- ※1次試験、2次試験ともいずれか1日が指定されます。
- ② 高等工科学校生徒(一般)
- 受付期間 令和6年1月5日(金)まで
- 試験日
- 【1次試験】令和6年1月13日(土)・14日(日)
- 【2次試験】令和6年1月25日(木)～28日(日)
- ※1次試験、2次試験ともいずれか1日が指定されます。

- ①・②共通
- 応募資格 令和5年度の採用要項などを確認いただくか、お問い合わせください。
- ☎自衛隊宮城地方協力本部大河原地域事務所
☎0224-53-2185

市営住宅入居者募集

- 鷹巣第2住宅
- 受付期間 11月1日(水)～17日(金)
- 募集要件 住宅をお探しの方で、収入が一定基準内である方など。応募多数時は抽選。第3子世帯の方は、優先的な入居制度も。ほかにも募集を行っている住宅があります。
- 詳しくはホームページを確認いただくか、お問い合わせください。
- ☎建設課 ☎22-1326



市営住宅空室状況

**「こころの健康づくり講演会」
を開催します**

- ストレスとの上手な付き合い方を学ぶことで、自分や大切な人のこころの健康について考えることができます。この機会に自分や周りの人のこころの健康に目を向けてみませんか?
- 日時 12月6日(水) 13:30～15:00
- 場所 健康センター2階 大会議室
- 講師 東北学院大学 人間科学部心理行動学科 公認心理師・臨床心理士 臼倉瞳氏
- 定員 40人(先着順)
- 申込方法 電話または健康センター窓口で申し込みください。
- ☎健康推進課 ☎22-1362

**「親子運動教室」
参加者募集!**



- お子さんと一緒に体を動かしてリフレッシュしてみませんか?
- 日時 11月25日(土) 10:00～11:00
- 場所 介護予防センター
- 内容 体と頭を使った運動やリズムダンスなど
- 講師 健康運動指導士
- 対象 年少児・年中児・年長児と保護者
- 持ち物 上履き、飲み物、汗拭きタオル
- 定員 10組(先着順)
- 申込方法 電話または健康センター窓口で申し込みください。
- ※託児付きの教室です。
- ☎健康推進課 ☎22-1362

第53回市民文化祭

- 市内の文化協会加盟団体などが日ごろの芸術文化活動の成果を披露します。
- 開催日 11月3日(祝)
- ※展示発表の部は11月2日(木)・3日(祝)
- 場所 中央公民館
- ※入場無料です。
- 展示発表の部
- 日時 ①11月2日(木) 14:00～16:00
②11月3日(祝) 9:30～15:00
- 内容 川柳、写真、絵画などの作品展示、姉妹都市交流作品展示
- 舞台発表の部
- 日時 11月3日(祝) 9:30～15:00
- 内容 舞踊、歌謡、詩吟、民謡などの発表
- 販売の部
- 日時 11月3日(祝) 9:30～15:00
- 内容 被災地復興支援市として食べ物市、野菜市などを開催
- ☎白石市文化協会(中央公民館内)
☎26-2453

**第21回市民・小学生
シャフルボード大会**

- 日時 12月10日(日) 9:00～
- 場所 中央公民館
- 種目 ダブルス(2人1組) 市民の部・小学生の部各20組
- 参加費 無料
- 申込方法 各学校・公民館に備えてある申込用紙に記入の上、中央公民館に提出してください。
- 申込期限 11月27日(月)
- ☎生涯学習課 ☎22-1343

**不当要求等無料出張
相談所の開設について**

- 民事介入暴力担当弁護士や宮城県警察本部警察官などが、不当要求等のトラブルで悩んでいる方、困っている方の相談に応じます。相談無料、秘密厳守、予約不要。安心してご相談ください。
- 日時 11月15日(水) 13:00～16:00
- 場所 大河原町役場2階 第4会議室
- 相談内容 さまざまな不当要求等問題に関する困りごと(不当な金品要求、飲食店などに対する用心棒料等要求など)
- 相談員 弁護士、警察官、相談委員
- ☎(公財)宮城県暴力団追放推進センター
☎022-215-5050
宮城県警察本部暴力団対策課
☎022-222-8930

**「白石市視覚障害者情報交流会」
を開催します**

- 見えない・見えにくいことでお悩みの方やその家族、支援者などを対象とした交流会を開催します。「生活に役立つAI活用法」の講話や参加者同士の交流、視覚障害者向け福祉用具の体験などを予定しています。
- 日時 11月16日(木) 13:00～15:30
- 場所 中央公民館2階 第二研修室
- 対象 見えない・見えにくい方、ご家族、視覚障害支援にご興味のある方など
- 参加費 無料
- ※事前申し込みは不要です。
- ☎宮城県視覚障害者情報センター
☎022-234-4047