



このアイコンはみなさんに手伝ってほしい事業につけています。  
詳細は事業担当課にお問い合わせください。



## ながくて・学び・アイ講座 (1月開講) 問生涯学習課 ☎56-0627

(記事ID 14136)

延期になった6・7月講座のうち、1月開講の講座を以下の日程で実施します。

**申** 11月2日(月)9:00~20日(金)に生涯学習課窓口またはハガキで申込。ハガキの書き方等の詳細は、市HPへ。

講座名	講師	日時	費用
バランスボールで 心と身体を整えよう!	バランスボール インストラクター かよ Kayo	1/13、27、2/10、24(水) 10:00~11:30	2,600円
ストレスに負けない体づくり☆免疫力を高めつつ、脳トレも取り入れ、楽しく有酸素運動して気力体力UP			
ハワイアン音楽で 癒やしのフラダンス♪	フラインストラクター はづき Hazuki	1/22、29、2/5、12(金) 9:30~11:00	1,200円
ハワイアンの音楽に合わせて踊り、癒やされ、心も身体もリラックスしましょう♪(女性対象)			
足をもんで健康になろう! ~若石健康法~	いけだ ゆうこ 池田 優子	1/28、2/4、18、25(木) 10:00~11:30	1,800円
足は第二の心臓「自分の健康は自分で守る」足のもみ方を学び体のさまざまな不調を改善して元気になりましょう。			

## リリモテラス実証実験

(記事ID 12509)

**問** たつせがある課 ☎56-0641

6月のリリモテラス公益施設の開館に向けて、主体的に検討している市民団体リリモテラス運営協議会をはじめとした関係者が開館後の日常を想定した「リリモテラス実証実験」を行います。焼き芋体験や子ども向けバザーを実施予定。

**時** 11月28日(土) 10:00~12:00

**場** 長久手中央2号公園

**申** 詳細はリリモテラスHPをご覧ください。



## パソコン講座 ~年賀状作成編~

**問** シルバー人材センター ☎62-9100

**時** 11月20日、27日、12月4日、11日(金)  
13:30~15:30

27日は9:30~11:30

**場** 高齢者生きがいセンター2階 会議室

**対** 市内在住の60歳以上の人 14人(先着)

**¥** 2,500円(教材費、設備費等含む)

**持** パソコン(Windows8、10)

**申** 11月9日(月)から。

## 市民の力で開催しています!

市内で行う催し等をご紹介!詳しくは各団体までお問い合わせください。

**申** 12月号への掲載は、11月5日(木)までに申請書を情報課に提出。

※各お問い合わせ先への営業目的等でのお問い合わせはご遠慮ください。 (記事ID 3963)

## 11月みんなの掲示板

### しあわせマルシェVOL.5

美味しいものでしあわせ♡体験できるしあわせ♡  
いいもの見つけてしあわせ♡是非、ご来場をお待ちしています。

**時** 11月10日(火) 10:30~14:30

**場** 中島工務店長久手スタジオ

**内** 感染状況により、中止になる事もございます。  
マスク着用をお願いします。

**申** 080-3631-4862 **他** shiawase\_marusheで検索

### GO TO カメラ!

アッそうか!写真ね!外です、歩きます!心も健康です。  
こんな今だからこそその趣味、はじめませんか?!

**時** 11月28日(土) 10:00~11:30

**場** 杖ヶ池体育館入口 **対** 初心者~

**内** 「お散歩カメラ無料体験説明会」秋の公園で実践指導。入門者歓迎

**申** メール又は電話

**問** satohimizutani0808@softbank.ne.jp  
090-3858-3383 水谷 諭