



三重武道館の武道教室(4月～9月)

場 三重武道館(栗真中山町)

種目	受講料
柔道・剣道・弓道・なぎなた	1万2,000円
空手道・居合道	9,600円
太極拳(8月休講)	8,000円

対 小学1年生以上(弓道は中学1年生以上) 費 受講料の他に、任意で1年分の傷害保険料として中学生以下800円、高校生以上1,850円が必要

申 3月26日(日)までに三重武道館にある所定の用紙に必要事項を記入し同館へ(月曜日休館)

問 同館(☎231-0969)



柔道教室の様子

太極拳初級講習会(体験・見学可能)

日 ▶ 半年コース…4月～9月の毎週木曜日19時～21時、▶ 1年コース…4月～来年3月の第2・4土曜日10時～12時 場 津市体育館 費 1万1,000円(入会金1,000円を含む)

申 3月31日(金)までに電話またはファクス、Eメールで日中友好協会三重県連合会(☎246-8580、FAX 226-7086、✉tsu-taikyoku@mie-eiga.co.jp)へ

講演「“弁当の日”が生み出す家族の絆

日 3月19日(日)13時30分～15時30分 場 県男女共同参画センター「フレンテみえ」多目的ホール(県総合文化センター内) 内 子どもが作る弁当の日を提唱する竹下和男さんによる講演 ※託児あり(20人、要予約) 定 200人 費 300円 ※中学生以下は無料 申 電話またはファクスで津友の会(☎・FAX 225-9150)へ

春休み子ども料理教室(和食)

子どもも簡単にできる和食の基本を学びます。ゲームで楽しくお箸の持ち方講座も同時開催します。

日 3月30日(木)10時30分～13時30分 場 中央保健センター栄養指導室 対 市内に在住の小学3～6年生 定 先 12人 費 1,500円(食材費を含む)

申 3月7日(火)9時からEメールでマザーズエイドみえ(✉mothersaidmie@gmail.com)へ

※マザーズエイドみえホームページからも申し込みできます。

問 同担当(☎090-1414-4789)

鈴鹿高专ものづくり体験教室

鈴鹿工業高等専門学校への入学を目指す人、ものづくりが好きな人、パソコンが好きな人など、ぜひご参加ください。

日 3月12日(日)～29日(水) 場 同校(鈴鹿市) 内 機械工学、電子回路工作、電子制御など 対 中学生 費 50円(保険料)

問 同校(☎059-368-1717)

※日時や申し込み方法など、詳しくは同校ホームページをご覧ください。



健康

住民健康講座

日 3月9日(木)14時～15時 場 久居総合福祉会館 内 岡崎英人さん(藤田保健衛生大学七栗記念病院医師)による講演「脳卒中とリハビリテーション」

問 久居一志地区医師会(☎255-3155)

転倒予防教室

日 3月23日(木)10時～11時30分 場 津センターパレス地下1階市民オープンステージ 内 講話「認知症予防について」 対 市内に在

住の60歳以上 定 80人

申 津市社会福祉協議会津支部(☎213-7111)へ

三重中央医療センター市民公開講座

日 3月21日(火)15時～16時 場 津リージョンプラザ2階健康教室 内 新谷卓也さん(三重中央医療センター医師)による講演「本当は怖い不整脈の話」 対 市内に在住の人

問 同医療センター代表(☎259-1211)

B型肝炎・給付金の相談会と医療講演

日 3月18日(土)13時30分～15時30分(13時20分開場) 場 四日市商工会議所Iホール 内 白木克哉さん(三重県立総合医療センター副院長・総合内科部長)による講演と給付金の個別相談会

対 B型肝炎ウイルスに感染した人やその家族・遺族

問 全国B型肝炎訴訟名古屋(愛知・岐阜・三重)弁護団(☎052-961-0788)

無料相談

司法書士による法律相談

日 3月15日(水)13時30分～16時30分 場 津リージョンプラザ2階健康教室 内 相続、多重債務、金銭問題など 定 先 8人

申 3月7日(火)8時30分から電話で地域連携課(☎229-3105)へ

カウンセラーによる相談(面談・電話相談) 専用電話☎229-3120

とき(毎月)	内容
第1～4火曜日 13時～18時	面談・電話相談 (予約優先)
第3金曜日 18時～20時	電話相談 (予約優先)

内 夫婦・親子の関係、生き方の問題など

問 上記以外の時間は男女共同参画室(☎229-3103)