

募集 男女共同参画講座

女性が社会の中で直面する諸問題や自分自身についての理解を深め、心理学を学ぶことで、地域や職場で自分らしく力を発揮していくことをめざします。

①女性のための心理学レッスン

「自己表現（アサーショントレーニング）」

【とき】

10月20日(木) 午後2時～4時

働く女性が職場などで力を発揮するために、実益的なスキル獲得をめざす参加型研修会を開催します。

②職場や地域活動で使えるスキルを獲得しよう

「私らしく話す、プレゼンテーション」

【とき】

11月2日(木) 午後7時～9時

③職場や地域活動で使えるスキルを獲得しよう

「会議の進行、ファシリテーション」

【とき】

11月16日(木) 午後7時～9時

【ところ】

①～③とも ハイピア伊賀 4階ミーティングルーム

【対象者】 市内在住・在勤の女性

【定員】 各回30人程度 ※先着順

【申込受付開始日】 8月22日(月)

【申込先・問い合わせ】

男女共同参画センター(人権政策・男女共同参画課内)

☎ 22-9632 FAX 22-9666

募集 伊賀焼あやまの里巡り ハンドベルinふるさとの森

あやまの歴史に触れ、伊賀焼の作陶体験や豊富なメニューのおもてなし昼食、ハンドベルコンサートなどを楽しんでみませんか。

【とき】

10月15日(出) 午前9時～

【集合場所】 阿山支所

【定員】 60人 ※先着順

【参加費】 3,000円

【申込期間】

8月22日(月)～9月20日(火)

【申込先・問い合わせ】

伊賀市商工会

☎ 45-2210 FAX 45-5307

【問い合わせ】 商工労働課

☎ 22-9669 FAX 22-9628

募集 パソコン教室

【とき】

11月7日～平成29年1月30日
までの毎週月曜日(10回)

いずれも午後1時30分～3時

※祝日・年末年始を除く。

※開催日時は、都合により変更することがあります。

【ところ】

ハイピア伊賀 5階視聴覚室

【内容】

パソコンが初めての人のためのきっかけ作りとして、基本操作から年賀状作成までを行います。

【講師】 特定非営利活動法人アイ・コラボレーション伊賀

【対象者】 20歳以上の人

【定員】 10人

※初めて受講する人に限ります。

【受講料】 2,160円(テキスト代)

【持ち物】 USBメモリ

【申込期間】 8月22日(月)～9月2日(金) 午前9時～午後5時

※申し込み多数の場合は、抽選により決定し、結果を郵送します。

※定員の半数に満たないときは、開講できない場合があります。

【申込方法】 電話・来館

【申込先・問い合わせ】

上野公民館

☎ 22-9637 FAX 22-9692

※土・日曜日：☎ 22-9801

募集 食生活改善推進員養成講座

食生活についての正しい知識を身につけ、健康づくりに役立ててみませんか。

養成講座を修了した人は、「食生活改善推進員」として、栄養や食事についての学習会や調理実習など、身近な地域での活動をしていただくことができます。

【とき】

9月2日、10月14日、11月18日、12月9日、平成29年1月20日、2月17日 すべて金曜日

午前10時～午後3時

【ところ】 ハイピア伊賀 4階多目的室・調理実習室

【参加費】

5,000円(テキスト代含む。)

【定員】 30人 ※先着順

【申込期限】 8月25日(木)

【申込先・問い合わせ】 健康推進課

☎ 22-9653 FAX 22-9666

募集 救命入門コース

大切な命を守るため、応急手当の技術を身につけましょう。

【とき】 9月25日(日)

午前9時～10時30分

【ところ】 中消防署 西分署

【内容】 心肺蘇生法(成人)とAEDの使い方

【対象者】 市内在住・在勤または在学の小学校4年生以上の人

【定員】 5人～30人程度

※定員が5人に満たない場合は、開催を中止します。

【申込期間】

8月22日(月)～9月20日(火)

【申込方法】 消防救急課・各消防署・各分署にある所定の用紙に記入の上、お申し込みください。

申込用紙は市ホームページからもダウンロードできます。

【服装】 当日は動きやすい服装で受講してください。

※講習修了者には参加証を交付します。

【申込先・問い合わせ】 消防救急課

☎ 24-9116 FAX 24-9111

募集 離乳食教室

【とき】 9月15日(木)

午後1時30分～3時30分

【ところ】

ハイピア伊賀 4階多目的室

【内容】

講話「離乳食3回食を中心に」、離乳食の調理と試食、栄養相談

※調理実習の際、託児もあります。

希望者は申込時にお伝えください。

【定員】 20人

【持ち物】

母子健康手帳・筆記用具・エプロン・三角巾・手ふきタオル

【申込受付開始日】 8月30日(火)

※先着順・電話予約制

【申込先・問い合わせ】

健康推進課

☎ 22-9653 FAX 22-9666

＼8ページの答え／

①「御墓山古墳」

御墓山古墳は、全長188mの前方後円墳で、佐那具町にあります。

※設問と回答は「伊賀学検定370問ドリル」(上野商工会議所発行・伊賀学検定実施委員会編集)から抜粋

赤ちゃんの健診と相談（9月分）

健診・相談名	健診・相談日	時間	場所	対象・内容など
1歳6カ月児健診	9月13日（火）	午後0時50分～2時30分	伊賀市保健センター （ハイトピア伊賀 4階）	身体計測、内科・歯科健診、歯の相談、 栄養相談、育児相談など ※対象児には、1歳6カ月児健診は 1歳9カ月頃、3歳児健診は3歳 9カ月頃までに通知します。母子 健康手帳をご持参ください。
3歳児健診 （3歳6カ月児）	9月20日（火）	午後0時50分～2時30分	伊賀市保健センター （ハイトピア伊賀 4階）	
乳幼児相談	9月1日（木）	午前10時～11時 午後1時30分～2時30分	伊賀市保健センター （ハイトピア伊賀 4階）	育児相談・栄養相談 ※母子健康手帳をご持参ください。 【問い合わせ】 健康推進課 ☎ 22-9653 いがまち保健福祉センター☎ 45-1016 青山保健センター ☎ 52-2280
	9月14日（水）	午前10時～11時	阿山保健福祉センター	
	9月20日（火）	午前10時～11時30分	青山子育て支援センター	
	9月21日（水）	午前10時～11時	大山田保健センター	
	9月23日（金）	午前10時30分～11時30分	島ヶ原子育て支援センター	

子育て支援のための教室・遊び場の開放（9月分）（対象者：乳幼児と保護者）

施設名	遊びの教室	遊び場の開放
曙保育園『すくすくらんど』 曙保育園内 （上野徳居町 3272-2 ☎ 21-7393）	①5日（月）・6日（火）・12日（月）・13日（火）・26日（月）・27日（火） *すべて午前10時～ 【すくすくひろば】 誕生会・ふれあいあそびなど ②7日（水）・10日（土）・14日（水）・16日（金）・23日（金） *すべて午前10時～・午後1時30分～ 【本とおもちゃルームぐるんば】 ※実費を徴収する場合があります。	《園庭の開放》 月～金曜日 午前10時～午後4時 *事前にお電話ください。
ゆめが丘保育所『おひさま広場』 ゆめが丘保育所内 （ゆめが丘 5-14-1 ☎ 22-9955）	23日（金） 午前9時45分～ 【運動会】 体操・ゲームなど ※園庭で実施します。 ※実費を徴収する場合があります。	《園庭の開放》 月～金曜日 午前10時～午後4時
森川病院『エンジェル』 森川病院内 （上野忍町 2516-7 ☎ 21-2425）	①9日（金）（4～9カ月）・16日（金）（10カ月～1歳半） 【エンジェルサークル】 赤ちゃんを災害や事故から守るお話 ②12日（月）【離乳食教室】（4～5カ月くらい） *予約制 ③30日（金）【赤ちゃんなんでも相談・発育測定会】 *①～③：午後2時～ ④1日（木）・15日（木）（3カ月～ハイハイするまで） 8日（木）・29日（木）（ハイハイ～12カ月） 午後1時～【ベビーマッサージ】 *予約制（毎月1回まで）	月・水・金・土・日曜日 正午～午後5時 *事前にお電話ください。
子育て包括支援センター ハイトピア伊賀4階 （上野丸之内 500 ☎ 22-9665）	①1日（木） 午後2時30分～ 【キラキラ0歳児サロン】 ママサロン「赤ちゃんのスーパー能力」 ②16日（金） 午後2時～ 【キラキラBaby】 親子体操・こころがほっこり栄養士編 ③26日（月） 午前10時30分～（上野南部地区市民センター） 【出前講座】 親子ふれあいあそび など ④29日（木） 午前10時～ 【食育事業もくもく】 季節の食材を使った簡単クッキング *予約制	月～金曜日、第3土曜日 午前9時～午後5時
いがまち子育て支援センター いがまち保健福祉センター内 （愛田 513 ☎ 45-1015）	①2日（金）・9日（金）・16日（金）・23日（金）・30日（金）【らぶらぶひろば】 ②8日（木） 午前10時30分～（未就園児と保護者など） 【おはなしひろば“わくわく”】 ③26日（月） 午前10時15分～【誕生会】 9月生まれのおともだち	月～金曜日 午前9時～午後5時
島ヶ原子育て支援センター 島ヶ原地区市民センター併設 （島ヶ原 4696-9 ☎ 59-9060）	30日（金） 午前10時～ 【わくわくひろば】 音楽を楽しもう（音楽劇）	月～金曜日 午前9時～午後5時
あやま子育て支援センター 阿山保健福祉センター内 （馬場 1128-1 ☎ 43-2166）	29日（木） 午前10時30分～ 【みんな集まれ！】 絵本を楽しもう！	火～土曜日 午前9時～午後5時
大山田子育て支援センター 大山田保育園内 （平田 7 ☎ 47-0088）	①7日（水）【おたのしみひろば】 たのしい子育て *予約制 ②9日（金）【子育てひろば】 のびっこ教室 ③12日（月）【えほんのひろば】 読み聞かせなど *すべて午前10時～	月～金曜日 午前9時～午後5時
青山子育て支援センター さくら保育園併設 （阿保 1152 ☎ 53-0711）	①7日（水）【おはなし会】 絵本の読み聞かせ ②8日（木）【おともだちあつまれ！】（妊婦と0～1歳児） ③15日（木）【おともだちあつまれ！】（2歳児以上） *すべて午前10時30分～	火～土曜日 午前9時～午後5時
にんにんパーク 上野南公園管理棟内 （ゆめが丘 7-13）	11日（日）・25日（日） 午前9時～午後3時 【子育て相談】【からだそだて事業】「にんにんタイム」を親子で楽しもう ※幼児用の忍者衣装を貸し出します。（有料）	—

※参加するときの持ち物などは事前に各支援センターへお問い合わせください。

【問い合わせ】 子育て包括支援センター（こども未来課内） ☎ 22-9665 FAX 22-9666