

★健康マイレージ制度対象事業

体を使って“貯筋！”健康教室の受講者を募集します

◇“貯筋！”健康教室で、楽しく動いて体を引き締めましょう。教室では、自宅で簡単にできる筋力アップ運動やサーキットトレーニング、ウォーキングなどを行います。

◇基礎体力を測定し、教室に参加する前と後の体脂肪率、筋肉量、基礎代謝量などが比較できます。

◇どなたでもできる簡単な体操や運動を行う教室です。お気軽にお申し込みください。

袋井保健センター分室20回コース

<Aコース> 全20回

日 10月6日(月)～12月22日(月)の月・木曜日

時 午前10時～11時30分

<Bコース> 全20回

日 10月6日(月)～12月22日(月)の月・木曜日

時 午後2時～3時30分

※内容は各コース同じです。

袋井保健センター分室10回コース

<Cコース> 全10回 (初心者コース)

日 10月7日(火)～12月9日(火)の火曜日

時 午前10時～11時30分

<Dコース> 全10回

日 10月7日(火)～12月9日(火)の火曜日

時 午後2時～3時30分

<Eコース> 全10回

日 10月7日(火)～12月9日(火)の火曜日

時 午後7時～8時30分

<Fコース> 全10回

日 10月8日(水)～12月10日(水)の水曜日

時 午前10時～11時30分

<Gコース> 全10回

日 10月8日(水)～12月10日(水)の水曜日

時 午後2時～3時30分

<Hコース> 全10回

日 10月9日(木)～12月11日(木)の木曜日

時 午後7時～8時30分

<Iコース> 全10回

日 10月10日(金)～12月12日(金)の金曜日

時 午前10時～11時30分

<Jコース> 全10回

日 10月10日(金)～12月12日(金)の金曜日

時 午後2時～3時30分

※内容は各コース同じです。

南部健康プラザコース

<Aコース> 全10回

日 10月15日(水)～12月17日(水)の水曜日

時 午前10時～11時30分

<Bコース> 全10回

日 10月15日(水)～12月17日(水)の水曜日

時 午後2時～3時30分

<Cコース> 全10回

日 10月17日(金)～12月19日(金)の金曜日

時 午前10時～11時30分

<Dコース> 全10回

日 10月17日(金)～12月19日(金)の金曜日

時 午後2時～3時30分

※内容は各コース同じです。



対象 市内在住のおおむね40歳以上の方

定員 各コース20人 (申し込み多数の場合は抽選)

※5人以下の場合は、開講をとりやめます。

受講料 ▽20回コース…3,000円 ▽10回コース…1,500円
(いずれのコースもスポーツ保険料を含む)

申込方法 市役所2階健康づくり政策課健康企画室または、袋井保健センター、浅羽保健センターにある申込用紙に必要事項を記入して、お申し込みください。ファクス、Eメールでの申し込みも可能です。

受付期間 9月16日(火)～9月22日(月)の午前9時～午後5時
(土・日曜日は除く)

☎健康づくり政策課健康企画室 ☎44-3138

FAX44-3117 ✉kenkoudukuri@city.fukuroi.shizuoka.jp

● 広報誌作成講座

◇会報誌や情報誌の作り方を習って活動に生かしてみませんか。

日 9月21日(日)

時 午前10時～正午

所 協働まちづくりセンター「ふらっと」

講師 山形美恵子さん(フリーライター)

対象 市民活動をしている方

定員 30人(先着順)

受講料 無料

申込方法 電話または、ファクスで団体名、住所、氏名、電話番号をお申し込みください(電話は、月～土曜日の午前9時30分～午後1時30分)。

☎☎ふらっと運営会議 ☎FAX43-6315

● 親子ハンドベル教室 参加親子募集

◇親子でハンドベルを使った演奏や劇を楽しみませんか。最終日に支援センターフェスティバルで発表も行います。



日 10月20日(月)・27日(月)、29日(水) 全3回

時 午前10時～11時30分

所 中央子育て支援センター「カンガルーのぼっけ」(最終日には月見の里学遊館)

対象 0～3歳のお子さんのいる親子(全日程参加できる方)8組

参加費 1,000円(初回に集金します)

申込方法 電話で住所、氏名、電話番号、参加する人数をお申し込みください。

申込受付 9月15日(月) 午前9時～

◇協働まちづくり事業として、食育サークル「もりもりうさぎ」と市が協働で行うものです。

☎ 食育サークル「もりもりうさぎ」
足立さん ☎44-7508

☎ 中央子育て支援センター「カンガルーのぼっけ」 ☎45-0085

● がんよろず相談 希望者を募集

日時 10月17日(金) 午後1時～4時

場所 袋井保健センター

内容 医師・看護師などによるがんに関する悩みや不安についての相談

対象 市近郊にお住まいの方

定員 5人(先着順)

申込方法 9月22日(月)から電話で申し込みください(土・日曜日、祝日を除く午前8時30分～午後5時)。

☎☎県立静岡がんセンター

☎055-989-5392

募集

recruitment



保育園児を 募集します

<ちびっこランド上山梨園>

対象 生後6か月～就学前

保育時間 月～土曜日…午前7時30分～午後6時(延長あり)

◇一時保育も行います。

☎☎ちびっこランド上山梨園

☎48-6635 袋井市上山梨1583-2

<つくし保育園>

対象 満1歳～就学前

保育時間 月～金曜日…午前7時30分～午後6時30分

◇9月～3月は、祝日も行います。

◇平成21年度からの入園は、9月16日(火)から申し込みを受け付けます。

☎☎つくし保育園

☎43-3966 袋井市広岡879

<http://www.ans.co.jp/n/tsukushi/>

<どんぐり保育園>

対象 3歳児～就学前

保育時間 月～金曜日…午前7時30分～午後6時

所在地 袋井市旭町2-13-5

◇どんぐり保育園ベビーにお申し込みください。

◇土・日曜日、祝日、夜間保育も行います(どんぐり保育園ベビーで保育)。

☎☎どんぐり保育園ベビー

☎45-0800

<どんぐり保育園ベビー>

対象 生後6か月～2歳児

保育時間 月～金曜日…午前7時30分～午後6時

◇土・日曜日、祝日、夜間保育も行います。

☎☎どんぐり保育園ベビー

☎45-0800 袋井市高尾町15-4

<ひよこ幼児園>

対象 満2歳～就学前(1歳6か月以上 応相談)

保育時間 月～金曜日…午前8時30分～午後2時または、午前8時30分～午後5時

◇園バス送迎あります。

◇平成21年度からの入園は、9月1日(月)から申し込みを受け付けます。

☎☎ひよこ幼児園

☎42-4390 袋井市小山196-5

<こどもの城つぼみ>

対象 生後2か月～3歳未満

保育時間 月～金曜日…午前7時～午後6時

◇一時保育、時間外、休日保育も行います。

☎☎こどもの城つぼみ

☎23-6912 袋井市浅羽2476-2

◇保育料・保育内容・入園時期など詳しくは各保育園にお問い合わせください。

☎すこやか子ども課保育係 ☎44-3120