

体力測定会～ご存じですか？あなたの体力年齢～

☎ ④ スポーツ政策課スポーツ推進係 TEL44-3139  
 ✉ sports@city.fukuroi.shizuoka.jp

時 9月8日(水)午後7時～9時 所 さわやかアリーナ・サブアリーナ 内 握力、上体起こし、長座体前屈、反復横跳び、立ち幅跳び、急歩(男性1,500メートル、女性1,000メートル)  
 ※後日、測定値や体力年齢、おすすめの運動法などをまとめた個人分析結果表を郵送します。 対 市内在住、在勤の20～64歳の方 定 30人(申込多数の場合、抽選) 料 無料  
 申 住所・氏名・年齢・性別・電話番号を電話、Eメールで(申込受付…8月2日(月)～31日(火))

ふくろい未来大使・浦野博司記念野球大会(4年生大会)

☎ 県野球連盟袋井支部 TEL090-1627-7489

時 ①8月15日(日)・②21日(土)・③22日(日)(予備日…8月28日(土)) 午前9時30分～午後3時 所 ①・②浅羽球技場、浅羽北多目的運動広場 ③浅羽球技場 内 笠原地区出身の元プロ野球選手・浦野博司さんの軌跡を次代の子どもたちへ継承し、新たなトップアスリートの発掘に繋げることを目的とした小学4年生以下を対象とした野球大会。市内チームを中心に11チームが参加予定。会場では、浦野さんに関する展示を行います。 対 どなたでも 料 無料 申 申込不要。直接会場へ  
 ●ティール体験(初心者向け)  
 時 8月15日(日)午前11時～午後12時30分 所 浅羽球技場  
 対 5歳児～小学4年生の子どもと保護者 料 無料 申 申込不要。直接会場へ

新型コロナウイルス感染拡大防止に伴うイベント等の中止・延期について

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、本紙でお知らせしたイベント等が急きょ中止・延期となる場合があります。イベント等の開催予定などについては、ホームページをご覧ください。各問い合わせ先へご確認ください。



企画展「中遠の古刹 真言宗西楽寺Ⅱ 一高平山一」

☎ 市郷土資料館 TEL23-8511(午前9時～午後5時 月曜日休館)

時 8月1日(日)～10月15日(金) 所 市郷土資料館 内 歴史文化館で開催した「中遠の古刹 真言宗西楽寺Ⅱ 一高平山一」の内容を全面リニューアル。前回展示終了後に発見された新資料により、さらに深められた地域の歴史を紹介します。 対 どなたでも 料 無料 申 申込不要。直接会場へ

戦没者戦災死者追悼・平和祈願式

☎ しあわせ推進課社会福祉係 TEL44-3121

時 8月15日(日)午前11時10分～ 所 メロープラザ・多機能ホール 内 献花、核兵器廃絶平和都市宣言朗読、黙とう  
 対 どなたでも 定 30人(先着順) 料 無料 申 申込不要。直接会場へ

令和3年度 市民文化祭

☎ 市文化協会事務局(月見の里学遊館内) TEL・FAX49-3443(午前9時～午後4時 木・土・日曜日、祝日休み)

日	時	内容	所
10月17日(日)	9:00～16:30	市民囲碁・将棋・オセロ大会	袋井北コミュニティセンター
10月17日(日)	14:00～16:00	音楽発表会(会員のみ。無観客で実施)	月見の里学遊館・うさぎホール
10月29日(金)～31日(日)	9:00～17:00 31日は15:00まで	作品展示発表会(絵画・書道・写真・古美術を 観る会・生け花・俳句・短歌・川柳・ちぎり 絵・絵手紙・浅羽史談会)	メロープラザ
11月3日(水・文化の日)	10:00～15:00	市民茶会	赤尾洪垂郡辺神社(高尾193)
11月14日(日)	13:00～16:00	芸能発表会(吟詠・民謡・民踊・舞踊)	袋井南コミュニティセンター・中央ホール
11月14日(日)	10:00～11:00	市民文化祭表彰式	袋井南コミュニティセンター
11月21日(日)	9:00～16:30	頭脳スポーツ大会(マインドスポーツまつり)	袋井北コミュニティセンター
11月21日(日)	10:00～17:00	歌謡発表会	袋井南コミュニティセンター・中央ホール
11月28日(日)	12:30～16:10	合同舞台発表会(袋井太鼓・相撲甚句・銭太鼓・むかし話・浅羽音楽・オカリナ・アンサンブルグレース・カントリーダンス・着付け・ハーモニカ交流会)	月見の里学遊館・うさぎホール
12月1日(水)～10日(金)	9:00～17:00	市民文化祭入賞作品展	市役所2階・市民ギャラリー

●展示作品・参加者募集

作品募集…絵画・書道・写真・生け花・俳句・短歌・川柳 参加者募集…囲碁・将棋・オセロ大会・市民茶会 ※詳しくは、市文化協会ホームページまたは、コミュニティセンター・月見の里学遊館・メロープラザにあるチラシをご覧ください。 対 市内在住・在勤の方、文化協会会員

問…お問い合わせ先 申…お申し込み先 ☎…電話番号 ✉…Eメール HP…ホームページ  
 時…とき 所…場所 内…内容 対…対象 定…定員 料…料金 申…申込方法(いつまでに・どんな情報を・どの方法で)

### 県介護人材育成事業 説明会

問申 (株)東海道シグマ介護事業部  
 TEL054-255-4259 FAX054-272-0323

日時	所
8月18日(水) 13:30~	浜松市浜北文化センター・第7会議室 (浜松市浜北区貴布祢291-1)
8月24日(火)・ 27日(金)13:30~	シグマカレッジ浜松駅南校・6階研修室 (浜松市中区砂山町353-3大協土地ビル6階)
9月1日(水) 13:30~	月見の里学遊館・集会室B (上山梨4-3-7)

説明会(1時間程度) 終了後、希望者に個別相談実施。  
 内 介護事業所で派遣社員として働きながら、介護職員初任者研修の資格を取得し、正規雇用を目指す「静岡県介護人材育成事業」についての説明会 対どなたでも 料無料 申郵便番号・住所・氏名・電話番号・参加希望日を電話、ファクス、ホームページの申込フォームで(申込期限…開催日当日まで)



### 県介護サポーター育成事業 説明会

問申 (株)東海道シグマ介護事業部  
 TEL054-255-4259 FAX054-272-0323

日時	所
8月19日(木) 14:00~15:30	浜松市浜北文化センター・第2会議室、第6会議室(浜松市浜北区貴布祢291-1)
10月7日(木)・11日(月)、 12月22日(水)、1月11日(火)10:30~ 12:00	シグマカレッジ浜松駅南校6階・研修室(浜松市中区砂山町353-3大協土地ビル6階)

内 介護の周辺業務を行う「介護サポーター」になるための説明会 対どなたでも 料無料 申郵便番号・住所・氏名・電話番号・参加希望日を電話、ファクス、ホームページの申込フォームで(申込期限…開催日当日まで)



### ルンビニあゆみ園 入園説明会

問申 社会福祉法人三宝会ルンビニあゆみ園 TEL24-7600

時8月25日(水)午前9時30分~ 所ルンビニあゆみ園(高尾1777-1) 内園の概要説明、募集内容および今後の予定等説明、園内の案内 対0~5歳児(令和3年4月2日~平成29年4月1日生)の保護者 申氏名・生年月日・電話番号・幼稚園部希望か保育園部希望かを窓口、電話で(随時受付)



### 東京2020パラリンピック聖火「採火式」

問 スポーツ政策課スポーツ推進係 TEL44-3139

時8月16日(月)午後4時30分~5時 所さわやかアリーナ  
 内東京2020パラリンピック聖火リレーで使用する火をおこす「採火式」を行います。 対どなたでも 料無料 申申込不要。直接会場へ

### 市役所2階・市民ギャラリー9月の展示内容

問 企画政策課シティプロモーション室 TEL44-3104

時1日(水)~10日(金)午前8時30分~午後5時15分 ※最終日は展示入れ替えのため午後3時まで 所市役所2階・市民ギャラリー 内フォトクラブ袋井写真展 対どなたでも 料無料 申申込不要。直接会場へ



### 「東海道どまんなか市」フリーマーケット

問申 東海道どまんなか市実行委員会 代表 鈴木邦彦  
 TEL090-2263-5522

時9月12日(日)午前9時~午後1時 所市役所西側駐車場  
 内フリーマーケット、軽トラ市(新鮮野菜)  
 ◎出店者も募集中です。  
 申出店希望の方は、氏名・電話番号・出店内容をショートメールで



### 手話奉仕員養成講座入門編

問申 しあわせ推進課障がい者福祉係  
 TEL44-3114 FAX43-6285

時9月1日~令和4年3月2日(毎週水曜日)午後7時15分~9時(講義を行う9月22日、10月27日、12月22日は午後7時~9時) 所教育会館3階・A会議室 内手話未経験で、挨拶や自己紹介など簡単な手話を学びたいと考えている方向けの講座(講義(全3回)、講座(全19回))。聴覚障害のある方への理解を深め、手話でコミュニケーションする楽しさを学ぶ。  
 対市内在住、在勤の18歳以上で、講義(全3回)に参加できる方 定12人(申込多数の場合、抽選) 料3,240円(テキスト代) 申住所・氏名・電話番号を電話、ファクスで(申込期限…8月23日(月)まで)

## サンライフ袋井 令和3年度後期講座

☎☎ サンライフ袋井 TEL43-5051(午前9時～午後8時30分 第4月曜日休館)

講座名	曜日	期間	時間	定員	受講料	講師氏名	
ラテンエアロ&ヨガ	月	10月 4日～全17回	10:00～11:15	16人	7,100円	鈴木洋子さん	
茶道(表千家)		10月 4日～全15回	13:30～15:15	8人	13,500円	鈴木紀子さん	
バランスコーディネーション		10月 4日～全15回	13:30～14:30	16人	6,300円	竹本真由美さん	
基礎から学ぶ書道		10月11日～全15回	19:00～20:45	8人	7,000円	見城敬子さん	
茶道(表千家)		10月 4日～全15回	19:30～21:15	8人	13,500円	鈴木紀子さん	
ヨガ A		10月 4日～全17回	19:15～20:15	16人	7,100円	鈴木洋子さん	
ヨガ B		10月 4日～全17回	20:20～21:20	16人	7,100円	鈴木洋子さん	
花(松月堂古流)		10月19日～全 9回	9:30～11:30	8人	14,400円	飯田せつ子さん	
体にやさしいパン作り	10月12日～全10回	9:30～12:30	10人	13,000円	岡村貴代美さん		
これから始めるパソコン(初級)ワードとエクセル	火	11月 2日～全10回	13:15～15:15	5人	10,300円	(株)テクノウェアシンク	
これから始めるパソコン(中級)ワードとエクセル		11月 2日～全10回	19:00～21:00	5人	10,300円	(株)テクノウェアシンク	
花(松月堂古流)		10月12日～全10回	19:15～21:00	8人	16,000円	飯田せつ子さん	
エアロビック&ストレッチ		10月12日～全10回	20:00～21:00	16人	4,200円	荒内幸代さん	
ピラティス		10月19日～全10回	20:00～21:00	16人	4,200円	荒内幸代さん	
体にやさしいパン作り		10月13日～全10回	9:30～12:30	10人	13,000円	岡村貴代美さん	
色鉛筆画		10月13日～全12回	9:30～11:30	8人	6,000円	高橋和子さん	
アロハ フラ		10月20日～全15回	10:00～11:30	16人	6,300円	村松美どりさん	
バレトン&ピラティス	水	10月13日～全15回	13:00～14:00	16人	6,300円	鈴木紀代美さん	
リンパストレッチで不調予防		10月 6日～全15回	13:30～14:30	10人	6,300円	吉田由美さん	
着物着付けレッスン		10月13日～全10回	19:00～20:45	8人	9,000円	相川弥生さん	
日常英会話(初級)		10月13日～全15回	19:30～21:00	8人	9,300円	山下パトリシアさん	
色鉛筆画		10月14日～全12回	9:30～11:30	8人	6,000円	高橋和子さん	
ロコモ体操		10月14日～全15回	10:00～11:00	16人	6,300円	鈴木洋子さん	
ZUMBA(ズンバ)		10月14日～全15回	13:00～14:00	16人	6,300円	加茂衣未さん	
旅先で使える英語(中級)		10月14日～全15回	14:00～15:30	8人	9,300円	横田C.スワルナーリさん	
ペン字	木	10月14日～全15回	19:00～20:45	8人	7,000円	見城敬子さん	
小原流華道		10月14日～全12回	19:30～21:15	6人	19,200円	山田景子さん	
一日の終わりの癒しヨガ		10月21日～全10回	19:30～20:30	12人	4,200円	永井理恵子さん	
ヨガ(午前)C		10月 8日～全20回	9:30～10:30	16人	8,400円	鈴木洋子さん	
ヨガ(午前)D		10月 8日～全20回	10:40～11:40	16人	8,400円	鈴木洋子さん	
詩吟		10月15日～全10回	13:30～15:30	8人	6,000円	紅林敏子さん	
インターネット(初級)オンラインコミュニケーション等		金	11月 5日～全 8回	13:15～15:15	5人	8,300円	(株)テクノウェアシンク
ビーズアクセサリー			10月 8日～全 8回	19:00～21:00	8人	9,100円	伊藤由恵さん
ヨガ(夜間)E	10月 1日～全12回		19:15～20:15	16人	5,000円	鈴木洋子さん	
美ボディトレーニング	10月 8日～全11回		20:00～21:00	16人	4,600円	堀浩二さん	
ズンバ	10月 1日～全12回		20:25～21:15	16人	5,000円	鈴木洋子さん	
茶道(表千家)	10月 9日～全15回		9:30～11:30	8人	13,500円	熊切紀代子さん	
ヨガ	10月 9日～全20回		9:30～10:30	16人	8,400円	鈴木洋子さん	
日常英会話(初級)	10月16日～全15回		10:40～12:10	8人	9,300円	山下パトリシアさん	
ギター弾き語り(中級)	土	10月 9日～全10回	13:30～15:30	8人	6,300円	朝倉由則さん	
初心者ギター弾き語り		10月 9日～全10回	16:00～18:00	8人	6,300円	朝倉由則さん	
キッズ HIP HOP(小学生対象)		10月23日～全15回	15:30～16:30	16人	6,300円	YOSHIMIさん	

☎市内または、近隣市町に在住・在勤の18歳以上の方(高校生は除く。ただし、「キッズ HIP HOP」は小学生対象) ☎住所・氏名・電話番号・希望講座を窓口、電話で(※申込多数の場合、抽選)(申込期限…8月25日(水)まで) ◆希望者が少ない場合は、開講しないことがあります。 ◆抽選に外れた方や、希望した講座が開講しないことになった方へは、8月27日(金)までに連絡します。 ◆勤務先が遠州ライフサポートセンター会員の場合、文化教養講座受講料補助金交付制度が利用できません。詳しくは、勤務先にご確認ください。



問…お問い合わせ先 申…お申し込み先 電…電話番号 電…Eメール HP…ホームページ  
 時…とき 所…場所 内…内容 対…対象 定…定員 料…料金 申…申込方法(いつまでに・どんな情報を・どの方法で)

## 地域元氣いきいき講座

問申 下表のとおり(受付時間…午前9時～午後5時 月曜日、祝日休館)

講座名	日時	内容	定員 (先着順)	受講料	申込先・会場
①ZUMBA講座	9月9・30日、10月14・28日、 11月4・18日、12月9・23日 (全て木曜日)10:00～11:00	ラテン系の音楽に合わせてダンスをする (講師…山本さおりさん)	20人	2,000円	袋井南コミュニティセンター TEL43-3386
②おもしろキッチン	9月11日(土曜日) 9:30～12:00	親子で一緒に可愛いお弁当を作る(講師…右田慶子さん)	8組	600円	袋井南コミュニティセンター TEL43-3386
③ヨガ講座	10月2・9・16・30日、11月6日 (全て土曜日) 全5回9:30～10:30	呼吸とポーズで心と体を癒す (講師…畑中諒子さん)	20人	1,000円	袋井北コミュニティセンター TEL43-3387
④ストレッチ&ズンバ講座	9月18日、10月16日、11月20日、 12月18日(全て土曜日) 10:00～11:15	ほぐすストレッチをしてから、ズンバを楽しく踊る (講師…福屋ゆみさん)	25人	500円/回	今井コミュニティセンター TEL43-3388
⑤背骨コンディショニング講座	9月14・28日、10月12・26日、 11月9・30日 (全て火曜日)10:00～11:30	背骨のゆがみからくる不調の改善を目指す (講師…堀内純子さん)	20人	500円	笠原コミュニティセンター TEL23-2283
⑥脳トレ英会話入門	9月7・14・28日、 10月5・19・26日、11月9・16日 (全て火曜日)10:00～11:00	英会話の基礎を楽しく学ぶ (講師…瀬川香織さん)	10人	1,000円	山名コミュニティセンター TEL49-3401
⑦らくらくピアノ講座	9月3・17日、10月1・15・29日 (全て金曜日)10:00～11:30	楽譜が読めない方でも楽しめる、大人の初心者向け講座 (講師…黒野美代子さん)	10人	1,300円	高南コミュニティセンター TEL42-4224
⑧歩筋講座	9月11・25日、10月9・23日、 11月6・20日 (全て土曜日)10:00～11:30	正しい歩き方で体を整える (講師…中野直子さん(健康運動指導士))	10人	500円	浅羽東コミュニティセンター TEL23-7470

対 市内在住、在勤の方。ただし、②は小学生(1人)と保護者 申 住所・氏名・電話番号を窓口、電話で(申込受付…8月15日(日)～ ⑦は8月17日(火)～)

## サンライフ袋井 短期講座

問申 サンライフ袋井 TEL43-5051(午前9時～午後8時30分、第4月曜日休館)

講座名	日時	内容	定員	受講料
お手軽書道入門(全5回)	9月8・22・29日、10月13・ 27日(全て水曜日) 13:30～15:00	書道の基本や、毛筆での名前の書き方を学ぶ。 (講師…見城敬子さん) 持ち物…硯、文鎮、太筆、細筆、下敷	8人 (先着順)	2,300円 (教材費を含む)

対 市内または、近隣市町に在住、在勤の18歳以上の方(高校生を除く) 申 住所・氏名・電話番号を窓口、電話で(申込受付…8月14日(土)～) ◆希望者が少ない場合は、開講しないことがあります。 ◆勤務先が遠州ライフサポートセンター会員の場合、文化教養講座受講料補助金交付制度が利用できます。詳しくは、勤務先にご確認ください。



## 年金セミナー

問申 (一財)静岡県年金福祉協会 TEL054-251-2767

時 9月12日(日)午前10時～正午 所 袋井南コミュニティセンター1階・ホール 内 60歳以降の生活設計に役立つ、年金・健康保険・失業保険についてのセミナー 対 どなたでも 定 40人(先着順) 料 無料 申 氏名・年齢・電話番号・参加人数を電話で(申込期間…8月18日(水)～9月6日(月))

## 第34回 医療市民講座～がん講習会～

問申 中東遠総合医療センター経営戦略室 TEL0537-21-5555

時 9月11日(土)午前10時～正午 所 月見の里学遊館・うさぎホール 内 ①「最近増えてます!大腸がんとすい臓がん」(講師…京兼隆典さん(医務局長兼外科診療部長)) ②「がんと共に生きる～緩和ケア外来～」(講師…内山智浩さん(副医務局長兼麻酔科診療部長)) ③「がん相談支援センターのご紹介」(講師…中川穂波さん(副看護部長兼がん相談支援センター長)) 対 どなたでも 定 150人(先着順) 料 無料 申 住所・氏名・年齢・電話番号を電話、ファクス・ホームページの申込フォームで(申込期間…8月16日(月)～9月10日(金))



## 袋井B&G海洋センター スイミングプログラム

☎ 袋井B & G海洋センター TEL43-1523 (毎月第3月曜日休館)

### ●キッズスイミングプログラム

クラス名	曜日	期間	時間	対象	定員	受講料	内容
幼児	月	10月25日(月) ～全15回	14:50～ 15:50	平成27年4月2日～ 平成30年4月1日生まれ	30人	12,000円	水慣れから始め個々の能力に合わせて練習する
幼児・小学生			15:55～ 16:55	平成25年4月2日～ 平成29年4月1日生まれ	40人	12,000円	子どもの泳力に合わせ、基礎からクロールの習得を目指す
小学生			17:00～ 18:00	平成21年4月2日～ 平成27年4月1日生まれ	40人	12,000円	子どもの泳力に合わせ、基礎からクロール・背泳ぎの習得を目指す
親子	金	10月15日(金) ～全18回	10:15～ 11:15	平成30年4月2日～ 平成31年4月1日	20組	17,500円	子どもの発育・発達・水慣れのために親子で楽しく水遊びをする
幼児	土	10月16日(土) ～全18回	9:20～ 10:20	平成27年4月2日～ 平成30年4月1日生まれ	30人	14,500円	水慣れから始め個々の能力に合わせて練習する
幼児・小学生			10:25～ 11:25	平成25年4月2日～ 平成29年4月1日生まれ	40人	14,500円	子どもの泳力に合わせ、基礎からクロールの習得を目指す
小学生			11:30～ 12:30	平成21年4月2日～ 平成27年4月1日生まれ	40人	14,500円	子どもの泳力に合わせ、基礎からクロール・背泳ぎの習得を目指す
小学生			12:35～ 13:35	平成21年4月2日～ 平成27年4月1日生まれ	40人	14,500円	平泳ぎ・バタフライの習得をし、4泳法の泳力向上を目指す

### ●成人スイミングプログラム

クラス名	曜日	期間	時間	対象	定員	受講料	内容
いきいき レディーススイム	水	10月20日(水)～ 全18回	10:35～ 11:35	20歳 以上	20人	14,500円	クロール・背泳ぎ・平泳ぎ・バタフライでの25メートル完泳を目標に、泳力向上を目指す
ボディデザイン ウォーキング			9:10～ 9:55		10人	14,500円	水中運動を通じて腰痛、膝関節痛などの改善などを図る
ファースト ステップスイム	木	10月21日(木)～ 全18回	9:20～ 10:20		20人	14,500円	クロール・背泳ぎでの25メートル完泳を目標に、平泳ぎの基礎習得を目指す
ビギナースイム			10:30～ 11:30		10人	14,500円	初めて泳ぎを覚える方、体力に自信がない方向けに基礎から学ぶ
エイジレスボディ	金	10月15日(金)～ 全18回	9:10～ 9:55		10人	14,500円	スローエクササイズを中心とし、年齢を感じさせない体づくりを目指す

### ●ベビースイミングプログラム(回数制)

クラス名	曜日	期間	時間	対象	定員	受講料	内容
ベビースイミング	火・木	18回(回数制)	10:30～ 11:15	令和元年4月2日～ 令和3年3月生まれ	20組	17,000円	子どもの発育・発達・水慣れのために親子で楽しく水遊びをする
		36回(回数制)				20,000円	

☎ 窓口にある申込用紙を窓口へ。申込用紙はホームページからダウンロードもできます(申込期間…8月16日(月)～9月4日(土) 受付時間…午前9時～午後7時) ※電話での申し込みは受け付けていません。

◆申込多数の場合、抽選。結果は郵送でお知らせします。 ◆受講料には、プール使用料・保険料を含みます。



問…お問い合わせ先 申…お申し込み先 電…電話番号 電…Eメール HP…ホームページ  
 時…とき 所…場所 内…内容 対…対象 定…定員 料…料金 申…申込方法(いつまでに・どんな情報を・どの方法で)

市スポーツ協会スポーツプログラム

問申 市スポーツ協会(さわやかアリーナ内) TEL42-1920(月曜日休み) 申 愛野公園 TEL43-1900(月曜日休み)

●さわやかアリーナ(一般) (期間：10月～令和4年3月)

プログラム名	曜日	時間	内容	定員
①はつらつ元気 (おおむね65歳以上)	火	9:00～10:00	頭と体を動かすことで、健康を維持・増進し、毎日健康で元気に過ごせる体づくりを目指す(講師…公認指導員)	25人
②ソフトエアロビック		10:15～11:15	ウォーキング中心で激しい動きの少ない初心者向けのエアロビック(講師…公認指導員)	60人
③初級フラダンス		10:30～11:30	ハワイアンのリズムで、心の癒しとリラックス。腰回り・おなか・二の腕の引き締めを図る(講師…山本まゆみさん)	25人
④背骨コンディショニング		13:20～14:20	体のゆがみを整えて、腰痛・肩こり・頭痛など、体調の改善を目指す(講師…鈴木恵さん)	20人
⑤スペシャルレッスン リトリート		19:00～20:00	自律神経を整え、免疫教化・疲労回復を目指す(講師…水野かよ)	15人
⑥キレイになるヨガ	水	9:30～10:30	脂肪の燃焼とシェイプアップで冷えなどの改善を目指す(講師…鈴木洋子さん)	25人
⑦キレイになるヨガ		10:40～11:40		25人
⑧真向法	第2・4週木	14:30～16:30	股関節を中心としたストレッチで、体調不良・腰痛・肩こり・血液循環などの改善を目指す(講師…高橋洋子さん)	20人
⑨ノルディック・ウォーク (3～4キロメートル歩行可能な方)	木	10:00～11:30	ポールの使い方と正しい歩き方を習得し、姿勢改善にも役立つ効果的な全身運動を行う(講師…鈴木朱美さん)	20人
⑩背骨コンディショニング		13:20～14:20	体のゆがみを整えて、腰痛・肩こり・頭痛など、体調の改善を目指す(講師…西山貴子さん)	20人
⑪バレトン		19:00～20:00	フィットネス・ヨガ・バレエの動きを組み合わせ、体の左右のバランスを整え、良い姿勢を目指す(講師…荒内幸代さん)	20人
⑫ヨガ		20:10～21:10	筋力強化・柔軟性の向上を目指す(講師…鈴木洋子さん)	40人
⑬ダンベル健康体操	金	10:00～11:00	脂肪燃焼や骨粗しょう症予防、転倒防止に役立つ筋力の向上を目指す(講師…西村良子さん)	25人
⑭アロマヨガ		13:15～14:15	アロマの香りを楽しみながらヨガを行う(講師…木村憂子さん)	20人

対 18歳以上 料 ①～⑦、⑩～⑭…6,000円(全15回) ⑧…3,000円(全6回) ⑨…3,500円(全8回)(全て施設使用料・保険料を含む)

●さわやかアリーナ(キッズ) (期間：10月～令和4年3月)

プログラム名	曜日	時間	内容	定員
⑮キッズスポーツ	火	14:30～15:30	マットやボール、鉄棒などの運動やリズムに合わせた動きで体づくり(講師…小井啓子さん)	20人
⑯キッズスポーツ		15:40～16:40		20人
⑰キッズスポーツ	木	14:45～15:45		20人
⑱親子スポーツ	木	10:00～11:00	リズム運動や操作遊びを親子で楽しく行い、体の動かし方やリズムの取り方を学び、運動能力の発育をサポートする(講師…木村憂子さん)	20組
	金	10:00～11:00		20組
⑲キッズダンス	金	15:00～16:00	ジャズ・ヒップホップなどのリズムでダンスを楽しむ(講師…水野かよさん)	20人
⑳幼児運動遊び教室	第1・3・5週金	15:15～16:15	マット、とび箱、鉄棒、縄跳びなどの運動遊び(講師…木村憂子さん)	20人

対 ⑮…3歳児 ⑯…5歳児 ⑰…4歳児 ⑱…2～3歳児と保護者 ⑲…3～5歳児 ⑳…3～4歳児 料 ⑮～⑲…6,000円(全13回) ⑳…3,500円(全8回)(全て施設使用料・保険料を含む)

●愛野公園 (期間：9月～令和4年1月)

プログラム名	曜日	時間	内容	定員
㉑一般硬式テニス	木	19:30～21:15	初心者向けテニス講座(講師…鈴木猛也さん)	15人

対 16歳以上 料 8,000円(全10回)(施設使用料・保険料を含む)

●愛野公園 (期間：4月～令和4年3月)

プログラム名	曜日	時間	内容	定員
㉒キッズ硬式テニス	土	10:15～11:45	テニスの楽しさと基本を学び、上達を目指す(講師…鈴木猛也さん)	15人
㉓ジュニアソフトテニス	水	19:45～21:15	基本を学び、上達を目指す(講師…尾上雅巳さん、北島幸忠さん)	20人

対 ㉒…小学4～6年生 ㉓…中学生 料 ㉒・㉓…10,000円/10回(施設使用料・保険料を含む)

●共通事項

申 窓口にある申込用紙に受講料を添えて窓口へ(申込期間…8月21日(土)～9月5日(日) 受付時間…午前9時～午後5時)

◆複数のプログラムを受講することができます。 ◆希望者が少ない場合は、開講しないことがあります。



### 夢を実現するための創業塾

問 産業政策課産業労政係 TEL44-3136 FAX44-3179  
 申 sangyou@city.fukuroi.shizuoka.jp

時 10月2・16・30日、11月6・20日、12月4日(すべて土曜日)午前9時45分～午後4時45分(全6回) 所 教育会館3階・B会議室 内 経営・財務・人材育成・販路開拓など、創業に必要な知識を総合的に学ぶことができる創業者向けの講座(講師…辻村泰宏さん((有)辻村)、山田悦且さん(税理士・行政書士)ほか) 対 創業を希望する方または創業後5年未満の方 定 20人(先着順) 料 11,000円(資料代含む)  
 申 窓口にある申込書を窓口、ファクス、Eメールで。(申込期間…8月16日(月)～9月30日(木))



### ふらっとパソコン教室

問 市協働まちづくりセンター「ふらっと」 TEL43-6315 FAX31-6363 申 info@flat-fukuroi.com

時 火～金曜日のうち週1回で月4回。1回80分(希望の曜日と時間帯で調整) 所 市協働まちづくりセンター「ふらっと」 内 初心者向けのパソコン講座。1人ひとり合ったペースで楽しく学習できます。 対 40歳以上の方で、ノートパソコンをお持ちの方 料 受講料…2,500円/月 年会費…1,000円 申 住所・氏名・電話番号を電話、ファクス、Eメールで(随時受付)

## 募 集

### 県B&Gスポーツ大会 水泳の部

問 袋井B&G海洋センター TEL43-1523(午前9時～午後7時)

時 9月26日(日) 午前10時～(開場…午前9時)  
 所 袋井B&G海洋センター

種目	学年 対象…小学生(1～6年生)		
	1・2年生	3・4年生	5・6年生
ビート板		—	—
自由形	25メートル	25・50メートル	
背泳ぎ			
平泳ぎ	—	100メートル	
バタフライ	—		
個人メドレー	—	100メートル	100・200メートル

定 全種目合計100人(先着順) 料 1,000円/1人 2種目まで申し込み可(保険料、施設利用料、プログラム料含む)

申 窓口にある申込書に参加料を添えて窓口へ。申込書はホームページからダウンロードもできます(申込期間…8月16日(月)～31日(火))



◆大会当日の一般営業は終日休みです。

### 点訳を学んでみませんか?点訳奉仕員養成講座

問 市社会福祉協議会 TEL43-3020 FAX43-6305  
 申 csw-fukur@fukuroi-shakyo.or.jp

時 9月21日～11月16日(毎週火曜日)全8回(10月19日は除く)午後7時～8時30分 所 社会福祉協議会・会議室 内 点字器を使用して点訳の基本、絵本づくりを通して点訳を学ぶ 対 市内在住、在勤または在学の中学生以上の方 定 10人(先着順) 料 無料 申 住所・氏名・年齢・学年・電話番号を窓口、電話、ファクス、Eメールで(申込期間…8月16日(月)～9月14日(火))



### 防火・救命講座

問 遠州アカデミー 戸田孝 TEL090-4861-9206  
 申 takashi-t@hw.tnc.ne.jp

時 9月19日(日)午前10時～正午 所 袋井消防庁舎・袋井市防災センター3階研修室 ※駐車場は市役所北側駐車場をご利用ください。 内 防災講座(演題…「突然に起こる火災や急病から命を守る!」(講師…市消防職員)) 消防署の活動と防火対策について、救命措置(AEDの取り扱い)、防災センター見学、煙体験、水消火器での消火訓練など 対 どなたでも 定 25人(先着順) 料 無料 申 氏名・電話番号を電話、Eメールで(申込期間…9月1日(水)～15日(水))  
 ※緊急出動等により、開催中であっても中止する場合があります。

### 食品表示セミナー「食品表示に関心を持ちましょう」

問 NPO法人ふぁみりあネット TEL43-2288 FAX31-5211 申 familiar-net@cy.tnc.ne.jp

時 9月24日(金)午後1時30分～3時30分 所 JA遠州中央袋井支店2階・会議室(久能1385) 内 加工食品の原料原産地表示制度について学ぶ 対 どなたでも 定 40人(先着順) 料 無料 申 住所・氏名・電話番号を電話、ファクス、Eメールで(申込期限…9月17日(金)まで)

### mama+「6歳までに伝えたい「生」と「性」のお話会

問 mama+・佐々木 申 mamaplus26@yahoo.co.jp

時 9月23日(木・秋分の日)午前10時～11時30分(受付…午前9時30分～) 所 お茶畑助産院(豊沢2158-3) 内 「生」と「性」のお話を聞き、体の大切さや守り方を保護者と子どもがそれぞれの講師に学ぶ(講師…宮城亜矢さん(フリー助産師)、高橋美穂さん(お茶畑助産院院長))。終了後ランチタイムあり(参加自由。ランチ持ち込み可、お弁当の注文・持ち帰りもできます) 対 3～5歳児とその保護者 定 6家族(先着順) 料 1,500円/家族 託児…200円/人お弁当…500円(要予約。持ち帰り可) 申 住所・氏名・電話番号・メールアドレス・参加する子どもの人数(氏名・年齢)・託児利用の有無(子どもの氏名・年齢)・お弁当注文の有無をホームページの申込フォームで(申込期間…8月14日(土)～9月20日(月・敬老の日))



問…お問い合わせ先 申…お申し込み先 電…電話番号 電…Eメール HP…ホームページ  
 時…とき 所…場所 内…内容 対…対象 定…定員 料…料金 申…申込方法(いつまでに・どんな情報を・どの方法で)

### 「文芸袋井第16号」掲載作品

問申 市文化協会事務局(月見の里学遊館内) TEL・FAX49-3443  
 (午前9時～午後4時 木・土・日曜日、祝日休み)  
 〒437-0125 上山梨4-3-7

種目	募集枚数	種目	募集枚数・作品数
創作(童話含む)	50枚以内	詩	5枚以内
論評	20枚以内	短歌	3首以内
随筆	20枚以内	川柳	3句以内
郷土史研究	50枚以内	俳句	3句以内
紀行文	20枚以内		

内 応募要領…①応募は1種目1作品とし、2種目以内 ②応募用紙は20×20字(A4)、書式は縦書き(ワード等のテキストデータの場合は、出力原稿とデータを入れたUSB等のメディアの両方を提出) ③作品は未発表のもの ※難解な字句や固有名詞にはふりがなを振ってください。 ※編集上支障のある字句の使用、誌面レイアウトの指定はできません。 ※応募作品は返却しません。採用・不採用は「文芸袋井第16号」の発行をもって代えさせていただきます(令和4年3月)。  
 対 市内在住、在勤の方、文化協会会員 申 住所・氏名・電話番号・作品を窓口、郵送で(申込期限…10月31日(日)消印有効)

### 第32回静岡県すこやか長寿祭スポーツ・文化交流大会参加者

問申 公益財団法人しずおか健康長寿財団 TEL054-253-4221

時 9月～令和4年3月 所 草薙総合運動場ほか県内各地  
 内 スポーツ交流大会(軟式野球、サーフィン、卓球、テニス、剣道、弓道、水泳、マラソンなど)、文化交流大会(囲碁、将棋、健康マージャン、俳句など)合計35種目程度  
 対 原則60歳以上(昭和38年4月1日以前に生まれた方) 定 競技ごとに定員が異なります 申 氏名・電話番号を電話で(申込期間は協議によって異なりますので、ホームページでご確認ください)



### 袋井市赤十字奉仕団団員

問申 しあわせ推進課社会福祉係 TEL44-3121 FAX43-6285

内 市内での炊き出し訓練や施設訪問などのボランティア活動、赤十字関連施設や防災施設などの見学 対 市内在住の方 料 1,000円(年会費) 申 住所・氏名・電話番号を窓口、電話、ファクスで(随時受付)

### 県市町対抗駅伝競走大会 第2回選手選考記録会

問申 市スポーツ協会(月曜日休み) TEL42-1920

時 8月28日(土)午後6時30分～ 集合…午後6時 所 エコパ補助競技場 内 小学5・6年生…2,000メートル 中学生、高校生年代女子、一般女子…3,000メートル 高校生年代男子、一般男子、40歳以上…5,000メートル 対 市内在住、在勤で小学5年生以上の方 料 無料 申 住所・氏名・年齢・学年・電話番号を窓口、電話で(申込期限…8月22日(日)午後5時まで)

### 「袋井の彫刻を描こう」絵画作品

問申 市文化協会事務局(月見の里学遊館内) TEL・FAX49-3443(午前9時～午後4時 木・土・日曜日、祝日休み)

内 題材…市内にある彫刻を入れた風景 用紙…市販の四つ切画用 画材…パステル、水彩絵の具など 表彰…小学校・中学校・一般の3部門に分けて審査し、表彰。部門ごとに、金賞・銀賞・銅賞を授与(各賞の人数については、応募数に応じ決定)。特別賞として、中日新聞社賞を選定(全部門で1賞)。入賞作品は、袋井市民文化祭(10月29日(金)～31日(日))でメロープラザに展示。 ※原則、作品は返却しません。 対 市内在住、在勤または在学の小学生以上の方 申 小・中学生…作品の裏に住所・氏名(ふりがな)・学校名・学年・電話番号を記入して各学校へ 一般…作品の裏に住所・氏名(ふりがな)・電話番号を記入し窓口へ(申込期限…8月31日(火)まで)

### 東海アクシス看護専門学校令和4年度入学生(社会人入学試験)

問申 東海アクシス看護専門学校総務課入試担当 TEL43-8111 〒437-0033 上田町267-30

時 学科試験・適性検査…10月14日(木) 面接試験…10月21日(木)(追試験…11月4日(木)) 合格発表…11月12日(金) 所 東海アクシス看護専門学校 対 大学・短期大学卒業(見込)を含む高卒以上の方(既卒者を含む) 受験資格…①平成2年4月2日以降生まれの方 ②磐田市、掛川市、袋井市、御前崎市、菊川市、森町(以下「管内6市町」)に在住の方 ③令和3年3月以前に管内6市町および管内6市町に隣接する市(浜松市、島田市、牧之原市)に所在する高等学校(通信制を除く)を卒業した方ほか ※詳しくは、募集要項をご確認ください 定 看護学科(修業年限3年)若干名 申 出願期間…9月6日(月)～24日(金)午後5時15分必着 出願方法…願書を窓口、郵送(簡易書留)で 願書請求方法…窓口で配付。郵送希望の方は、ホームページにある「学校案内等申込書」・返信用封筒(A4サイズが入るもの)・返信用切手を郵送で





## 令和4年度 認可保育所(園)・認定こども園(保育部)・小規模保育の入所児童募集

☎ すこやか子ども課子ども保育係 TEL86-3332 ☎ 浅羽支所市民サービス課市民サービス係 TEL23-9211

### 認可保育所・認定こども園・小規模保育一覧

種別	保育所(園)名	場所	電話	対象 (歳児はクラス年齢)	延長保育を含めた開所時間		その他
					月～金	土曜日	
認可保育所	1 明和第一保育園	上山梨831-3	49-0571	生後6か月～	7:15～18:45	7:15～18:15	
	2 明和第二保育園	川井963-8	43-8488	生後6か月～	7:15～18:45	7:15～18:15	
	3 めいわ可睡保育園	久能2991-1	43-5886	生後6か月～	7:15～18:45	7:15～18:15	
	4 めいわ月見保育園	上山梨6-6-1	30-7771	生後6か月～	7:15～18:45	7:15～18:15	
	5 たんぼぼ保育園	愛野東2-6-4	42-9543	生後6か月～	7:05～19:00	7:05～18:05	
	6 たんぼぼ第二保育園	広岡1115-10	86-5293	生後6か月～	7:05～18:45	7:05～18:05	
	7 ルンビニ第二保育園	浅羽1248	23-0670	生後3か月～	7:00～19:00	7:00～18:00	
	8 あさば保育園	松原1803-3	23-2388	生後6か月～	7:00～18:30	7:00～18:00	
	9 袋井あそび保育園	久能1313	43-3535	生後3か月～	7:00～19:00	7:00～18:00	
	10 どんぐり保育園ベビー	高尾町15-4	45-0800	生後6か月～1歳児	7:00～19:00	7:00～18:00	
	どんぐり保育園	旭町2-13-5	44-2277	2歳児～	7:00～19:00	7:00～18:00	
	11 MOE保育園てんじん園	天神町3-2-6	43-1813	生後3か月～	7:30～19:00	7:30～18:30	
12 のびやかMIRAI保育園	徳光36-1	31-8338	生後6か月～	7:00～19:00	7:00～18:00		
認定こども園	1 笠原こども園(保育部)	山崎5093-13	23-4121	生後6か月～	7:15～19:00	7:15～19:00	
	3 若草こども園(保育部)	堀越766-1	42-2027	3歳児～	7:15～19:00	7:15～19:00	
	4 浅羽東こども園(保育部)	浅羽2617-1	23-3033	生後6か月～	7:15～19:00	7:15～19:00	
	5 (仮)山梨こども園(保育部)	春岡1-8-7	48-6145	生後6か月～	7:15～19:00	7:15～19:00	令和4年4月幼稚園から移行
	6 (仮)若葉こども園(保育部)	久能1310	41-1717	3歳児～	7:15～19:00	7:15～19:00	令和4年4月幼稚園から移行
	7 浜松学院大学付属 愛野こども園(保育部門)	愛野南2-2-3	44-7800	生後6か月～	7:00～19:00	7:00～18:00	
	8 袋井ハローこども園 (保育部)	下山梨559-1	49-3399	生後3か月～	7:00～19:00	7:00～18:00	
	9 ルンビニあゆみ園(保育部)	高尾1777-1	24-7600	生後3か月～	7:00～19:00	7:00～18:00	
	10 ルンビニこども園(保育部)	諸井1056-2	23-4833	生後3か月～	7:00～19:00	7:00～18:00	
	11 子育てセンター にじいろ(保育部)	上田町 267-31	053-583-1428 (準備室)	生後3か月～	7:00～19:00	7:00～19:00	令和4年4月開園
	小規模保育	1 すまいる保育園	上山梨1583-2	48-6635	生後6か月～2歳児	7:30～19:00	7:30～18:30
2 こどもサポートかみふうせん		方丈2-5-2	44-4530	生後3か月～2歳児	7:30～19:00	7:30～18:30	
3 明和保育園 オハナ		泉町2-10-16	31-3770	生後10か月～2歳児	7:30～18:30	7:15～18:15	土曜日は、明和第二保育園での保育となります。
4 ハローきつず		下山梨1-13-18	77-8620	生後3か月～2歳児	7:15～18:45	7:00～18:00	
5 ルンビニ保育室 花びら		浅羽2275-1	31-3730	生後3か月～2歳児	7:30～18:30	7:00～17:30	土曜日は、ルンビニこども園での保育となります。
6 袋井のびやか保育園		久能1842-1 ドミール鈴企1	86-6020	生後6か月～2歳児	7:30～18:30	7:30～18:30	土曜日はのびやかMIRAI保育園での保育となります。
7 小規模保育所 風かおる		方丈4-1-21	24-8138	生後6か月～2歳児	7:30～19:00	7:30～18:00	
8 ユニキッズ堀越保育園		堀越1130-5	31-3773	生後2か月～2歳児	7:00～19:00	7:00～19:00	

問…お問い合わせ先 申…お申し込み先 電…電話番号 電…Eメール HP…ホームページ  
 時…とき 所…場所 内…内容 対…対象 定…定員 料…料金 申…申込方法(いつまでに・どんな情報を・どの方法で)

種別	保育所(園)名	場所	電話	対象 (歳児はクラス年齢)	延長保育を含めた開所時間		その他
					月～金	土曜日	
小規模保育	9 MOE保育園やまなし園	上山梨3-5-1	48-8854	生後6か月～2歳児	7:30～19:00	7:30～18:30	土曜日はMOE保育園てんじん園での保育となります。
	10 ももいろ保育園	浅羽3419-19	31-5996	生後3か月～2歳児	7:15～19:00	7:15～18:15	
	11 ユニキッズ堀越第二保育園	堀越1069-5	31-6540	生後2か月～2歳児	7:00～19:00	7:00～19:00	
	12 愛野みらい保育園	愛野南3-6-7	45-0300	生後6か月～2歳児	7:30～19:00	7:30～18:30	
	13 スクルドエンジェル保育園三門園	三門町5-2	88-8554	生後2か月～2歳児	7:00～19:00	7:00～18:00	
	14 堀越こもれび保育園	堀越2-17-1	88-8573	生後3ヶ月～2歳児	7:15～18:45	7:15～18:15	
	15 ふくろい駅前キラット保育園	高尾町26-2 浅羽ビル1階	31-2911	生後3ヶ月～2歳児	7:30～18:30	7:30～18:30	

※小規模保育は2歳児クラスまでで卒園となり、3歳児クラスからは他園に移る必要があります(卒園時の調整指数に加点あり)  
 入所対象…下表「保育の必要性の認定(支給認定)」区分で、2号認定または3号認定に認定される児童

「保育の必要性の認定(支給認定)」区分

認定区分	対象	利用施設など
2号認定	満3歳以上の小学校就学前の子どもで、保護者の就労や疾病など、規定の「保育の必要性事由」により、家庭で必要な保育を受けることが困難な児童	保育所、認定こども園(保育部)
3号認定	満3歳未満の子どもで、保護者の就労や疾病など、規定の「保育の必要性事由」により、家庭で必要な保育を受けることが困難な児童	保育所、認定こども園(保育部)、地域型保育事業(小規模保育等)

保育時間…所定の時間帯の中で、保護者の就労状態などにより、1日11時間以内(保育標準時間)と8時間以内(保育短時間)との利用に区分されます。 ※延長保育(有料)については、各園にご相談ください。 保育料…児童のクラス年齢と保護者の市民税額、基準により算定した保育必要量などにより決定します。 給食…全園実施。3歳児クラス以上は、給食代(おやつ代含む)は実費集金(金額は園により異なります)。 ①窓口提出…必要書類を添えて、すこやか子ども課へご提出ください。 ②電子申請…スマートフォン、パソコンで申請できます。申請方法は8月25日から配布する入所案内をご確認ください。 受付期間…第一次受付 9月1日(水)～10月1日(金) ※すこやか子ども課窓口のみ、期間中の毎週水曜日は午後7時まで受け付けます。 申込書類・入所案内…8月25日(水)から窓口で配布するほか、市ホームページからダウンロードもできます。 ◆必要書類は、保育の必要性事由等により異なります。詳しくは、入所案内をご確認ください。 ◆上記期間に受け付けた申込みのうち、入所希望が4月、5月のものを第一次選考対象として利用調整(入所選考)します。 ◆全体の申込状況や保育所の受入可能人数等により、希望する保育所へ入所(園)できないなど、ご希望に添えない場合があります。 ◆各施設の保育内容や見学希望については、直接各施設へお問い合わせください。



9月ふくろい健康保健室

問申 健康づくり課地域健康係 TEL84-7811 FAX42-7276

時	所	時	所
1日(水)9:30～11:30	三川コミュニティセンターさんさん会館	17日(金)9:30～11:30	浅羽西コミュニティセンター
5日(日)9:30～11:30	笠原コミュニティセンター	17日(金)9:30～12:00	豊沢ふれあい会館
7日(火)9:30～11:30	袋井南コミュニティセンター	18日(土)9:30～11:30	浅羽北コミュニティセンター
7日(火)9:30～11:30	浅羽東コミュニティセンター	22日(水)9:30～11:30	袋井東コミュニティセンター
16日(木)9:30～11:30	山名コミュニティセンター	22日(水)9:30～11:30	幸浦コミュニティセンター
16日(木)9:30～11:30	高南コミュニティセンター	24日(金)9:30～11:30	袋井西コミュニティセンター
17日(金)9:30～11:30	袋井北コミュニティセンター	24日(金)9:30～11:30	今井コミュニティセンター

市内の保健師・栄養士が毎月1回、コミュニティセンターへ出向き、楽しく若返るための運動や体にいい食事の講座、健康相談などを実施 対どなたでも 定各15人(先着順) 料無料 申住所・氏名・年齢・電話番号を窓口、電話、ファクスで(申込期間…8月16日(月)～開催日前日)



## お知らせ

### 電話による消費者被害に注意しましょう

問 市消費生活センター TEL44-3174

60歳代以上の方の消費者被害が増加しています。60歳代以上の方は、在宅している時間が長く、資産を持っている方が多いため、悪質業者や詐欺業者から狙われやすい傾向にあります。日頃から被害に遭わないために注意しましょう。

#### ●迷惑電話対策機器無料モニター募集

市では、迷惑電話による被害防止のため、迷惑電話を自動で拒否できる「迷惑電話対策機器」のモニターを募集しています。詳しくは、市ホームページをご確認ください。



#### ●警察庁が勧めている被害防止対策の例(留守番電話作戦)

①在宅時であっても常に留守番電話に設定し、着信時の電話番号に心当たりがない場合は電話に出ない。②息子や孫、その他身内を名乗ってメッセージが入った場合でも、すぐに電話に出ず、こちらから掛け直す。

### ひとり親家庭などを対象とした児童扶養手当の申請

問 市あわせ推進課家庭福祉係 TEL44-3184

問 市民サービス課市民サービス係 TEL23-9211

#### ●支給額(月額)

	全部支給	一部支給
第1子	43,160円	10,180円～43,150円
第2子	10,190円	5,100円～10,180円
第3子以降	6,110円	3,060円～6,100円

※一部支給額は所得に応じて10円刻みで変わります。

申請に必要なもの…①申請者と対象となる子どもの戸籍簿本  
②申請者と対象となる子どものマイナンバーがわかるもの(マイナンバーカードなど) ③申請者の本人確認書類(運転免許証など) ④振込先口座の分かるもの(ゆうちょ銀行は振込情報の記載された通帳) ⑤印鑑【外国籍の方は①～⑤に加えて⑥～⑧が必要です】⑥未婚・離婚証明書(原本とその日本語訳) ⑦パスポート ⑧在留カード ※対象となる事由によっては追加書類が必要となる場合があります。 ※現在、児童扶養手当を受給されている方は、8月31日(火)までに現況届の提出をお願いします(現況届は8月上旬までに送付します)。 対 次の①～⑦のいずれかに当てはまる18歳になった最初の3月31日まで(お子さんに障がいのある場合は20歳前日まで)の子どもがいる方で、所得が一定額未満の方  
①父または母が婚姻を解消した子ども ②父または母が死亡した子ども ③父または母が重度の障がいを持つ子ども ④父または母の生死が明らかでない子ども ⑤父または母が裁判所からのDV保護命令を受けた子ども ⑥婚姻によらないで生まれた子ども ⑦そのほか、特別な事情がある子ども

## 相談

### 袋井商工会議所「定例なんでも相談会」

問 袋井商工会議所経営支援グループ TEL42-6151

時 法律相談1・2、税務相談、労務相談、IT相談、事業承継…  
9月9日(木)午後1時30分～4時(事業承継のみ午前9時～午後3時30分) 金融相談1・2…9月10日(金)午後1時～4時

所 袋井商工会議所 内 専門家による法律・税務・労務・創業融資制度など、仕事上の悩みに関する相談(法律相談1は弁護士、法律相談2は司法書士、税務相談は税理士、労務相談は社会保険労務士、金融相談1は日本政策金融公庫、金融相談2は県信用保証協会が担当) 対 どなたでも  
定 各相談5人(先着順) 料 無料 申 住所・氏名・電話番号を電話で



### 里親相談会

問 県西部児童相談所 TEL37-2852

里親制度は、さまざまな理由で親と離れて暮らす子どもたちをあたたかい愛情と正しい理解をもった家庭環境で養育する制度です。長期間の里親委託だけでなく、短期間の里親委託もあります。子どもの養育に必要な経費は公費で支給されます。まずは、里親制度について知ってみませんか?

時 8月25日(水)午後2時～4時 所 市役所1階・市民ロビー  
対 どなたでも 申 申込不要。直接会場へ

### 精神保健福祉総合相談会

問 県西部健康福祉センター福祉課 TEL37-2252

時 9月16日(木)午後1時～3時30分(各30分/回) 所 県中遠総合庁舎(磐田市見付3599-4) 内 精神的な不調に関することや飲酒に関する問題、思春期における問題、老人性認知症などについての専門医による個別相談 定 4人(先着順)  
料 無料 申 郵便番号・住所・氏名・年齢・電話番号を電話で(申込期限…9月9日(木)まで)

### 全国一斉「子どもの人権110番」強化週間

問 市あわせ推進課社会福祉係 TEL44-3121

●フリーダイヤル 0120-007-110(ゼロゼロなのひゃくとおばん) 時 8月27日(金)～9月2日(木)午前8時30分～午後7時(土・日曜日は、午前10時～午後5時) 内 いじめや体罰、虐待などについての相談。インターネットの相談フォームでも受け付けています 対 どなたでも



### 子宮頸がん予防(HPV)ワクチンの定期接種について

問申 健康づくり課おやこ健康係 予防接種担当 TEL42-7410

子宮頸がん予防ワクチン接種は、接種後の副反応について十分な説明ができていないことから、厚生労働省から平成25年6月に積極的な接種勧奨を差し控えるよう通知されているため、現在、市からはがき等による情報提供を行っています。定期接種で接種を希望する方は、事前に市または厚生労働省ホームページでワクチンの安全性や有効性を必ず確認し、窓口へ申請してください。接種回数…全3回(接種するワクチンにより異なりますが、接種の完了には標準で6か月程度かかります)。対 12歳になる年度の4月1日から16歳になる年度の3月31日までの間にある女子 申 接種を希望する場合は、母子健康手帳を持って袋井保健センターまたは浅羽保健センターにお越しください。



## はーとふるプラザ袋井

(総合健康センター) 久能2515-1

### 介護予防筋トレマシン教室

問申 健康づくり課地域健康係 TEL84-7811

時 ①体験コース…9月2日(木)午前9時30分～11時 ②トレーニングコース…9月6日(月)、16日(木) ①午前9時30分～10時30分 ②午前10時40分～11時40分 ③開放日…9月13日(月)午前9時～正午、30日(木)午前9時～正午  
 所 はーとふるプラザ袋井2階・健康運動ルーム 内 介護予防のための、マシンを使ったやさしい筋力づくり 対 いずれも市内在住の介護認定を受けていない65歳以上の方 体験コース…筋トレマシン初めての方 トレーニングコース…体験コースに参加したことがある方 開放日…トレーニングコースに10回以上参加したことがある方 定 ①・②…各10人(先着順) 料 ①・②…200円/回 ③開放日…300円/回  
 申 住所・氏名・年齢・電話番号・希望日する日程を電話で(申込受付…8月16日(月)～) ※開放日は申込不要

### 健康度測定～あなたの健康を数字で「見える化」します～

問申 健康づくり課健康企画室 TEL84-6127

時 9月15日(水)午後1時30分～3時 所 はーとふるプラザ袋井2階・健康運動ルーム 内 体脂肪率、BMI、筋肉量、バランス能力、長座体前屈、下肢筋力、全身反応などの測定・評価 対 市内在住、在勤の18歳以上の方 定 10人(先着順)  
 料 無料 申 住所・氏名・年齢・電話番号を電話で(申込期間…8月16日(月)～30日(月))



### 野焼きは法律で禁止されています

問 環境政策課環境衛生係 TEL44-3115

野焼きとは、家庭などから出たごみを野外や法の基準を満たしていない簡易焼却炉などで燃やすことです。野焼きは一部例外を除いて「廃棄物の処理及び清掃に関する法律」により禁止されており、違反すると、5年以下の懲役もしくは1,000万円以下の罰金または、その両方が科せられます。煙による「窓が開けられない」「洗濯物に臭いがつく」「気分が悪くなった」等の被害を防ぎ、市民が快適に暮らせる生活環境を保つため、野焼きは絶対にやめましょう。

#### ●野焼きが例外的に認められる場合

- ・農業を営むためにやむを得ないもの(稲わらの焼却など)
- ・日常生活を営む上で通常行われる軽微なもの(落ち葉たきなど)
- ・風俗習慣上または宗教上の行事を行うために必要なもの(どんど焼きなど) ※例外の場合でも、生活環境への配慮が必要です。



### 日曜日に乳がん検診が受けられます ジャパン・マンモグラフィ・サンデー(JMS)

問申 中東遠総合医療センター 人間ドック・健診センター  
 TEL0537-28-8028(午前9時～午後4時30分 土・日曜日、祝日は休み) 電 jms2021@chutoen-hp.shizuoka.jp

時 10月17日(日)午前8時15分～正午 所 中東遠総合医療センター 人間ドック・健診センター(掛川市菖蒲ヶ池1-1)  
 内 ①乳腺エコー…3,740円 ②3Dマンモグラフィ2方向(トモシンセシス)…9,900円 ③3Dマンモグラフィ2方向(トモシンセシス)+乳腺エコー…13,640円 ④マンモグラフィ2方向…5,500円 ⑤マンモグラフィ2方向+乳腺エコー…9,240円※全て税込み ※検査は女性技師が行います。  
 対 20歳以上の女性 ※妊娠中や妊娠の可能性のある方、授乳中の方、豊胸手術を受けている方、ペースメーカー等の手術をされている方はマンモグラフィ検査はできません。  
 定 ①～⑤合計50人程度(申込多数の場合、抽選) 申 希望する検査内容・住所・氏名・年齢・生年月日・電話番号を電話、Eメールで(申込期限…9月10日(金)まで)

### 令和3年度敬老会と敬老祝記念品・祝金の配付

問 しあわせ推進課家庭福祉係 TEL44-3184

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、令和3年度敬老会は開催しません。敬老祝記念品は、自治会から個別に配付します。喜寿・米寿の方への敬老祝金も自治会から個別に配付します。対 昭和20年4月1日以前に生まれた方

## クラフトフェアin月見の里2021 出店者募集

時11月6日(土)、7日(日) 午前10時～午後3時 所月見の里学遊館 文字・文/ものづくりのワークショップルーム、市民サロン 内オリジナル作品の販売やワークショップ。月見の里野外フェスタも同時開催 定30店程度(申込多数の場合、選考) 料2,000円/日(両日出店の方は3,000円) 申窓口にある申込書を窓口、郵送、Eメールで。申込書はホームページからダウンロードもできます(申込期間…9月1日(水)～14日(火)必着)

## 月見の親子コンサート2021

時10月31日(日)午前10時30分～11時30分(開場…午前10時) 所袋井市月見の里学遊館 文字・文/ものづくりのワークショップルーム 内子どもも大人も一緒に楽しめるクラシックコンサート 対子どもと保護者(0歳児から参加できます) 定30組(先着順) 料チケット…600円(未就学児はチケット1枚につき1人無料) チケット販売場所…月見の里学遊館 チケット販売開始…8月14日(土)～ ※電話予約は同日午前9時から受付開始

## 松原健之・加藤宏隆・吉岡亜衣加 ジョイントスペシャルコンサートⅡ

時11月6日(土)①午後2時～4時(開場…午後1時30分) ②午後6時30分～8時30分(開場…午後6時) 所月見の里学遊館・うさぎホール 内袋井高校同窓生によるジョイントスペシャルコンサートパートⅡ。歌謡、クラシック、Jポップ異色の競演をお楽しみください(出演…松原健之さん(歌手)、加藤宏隆さん(声楽家)、吉岡亜衣加さん(シンガーソングライター))。 対小学生以上の方 定各188人(先着順) 料チケット(全席自由) 前売り 一般…4,000円 18歳以下…2,000円 当日券 一般…4,500円 18歳以下…2,500円 チケット販売場所…月見の里学遊館 チケット販売開始…8月14日(土)～ ※電話予約は同日午後1時から受付開始

## 丸野綾子が魅せる「ドラマティックタンゴ」

時11月20日(土)午後3時～5時(開場…午後2時30分) 所月見の里学遊館・うさぎホール 内袋井市出身でふくろい未来大使のタンゴピアニスト・丸野綾子さんとバンドネオン奏者・北村聡さん、大熊慧さん(ストリングベース)、吉田篤さん(ヴァイオリン)、KaZZma(ボーカル)、Enrique y Rika(ダンサー)、による演奏・歌・ダンスでタンゴの世界を楽しむ。 対小学生以上の方 定188人(先着順) 料チケット(全席自由) 前売り券 一般…3,500円 18歳以下…1,500円 当日券 一般…4,000円 18歳以下…2,000円 チケット販売場所…月見の里学遊館 チケット販売開始…8月20日(金)～ ※電話予約は同日午後1時から受付開始

## 骨密度検診を受けましょう

問申 健康づくり課 検診指導係 TEL42-7275

時10月7日(木) 受付時間…①午前9時 ②午前9時30分 ③午前10時 ④午前10時30分 ⑤午前11時 ⑥午前11時30分 ⑦午後1時30分 ⑧午後2時 ⑨午後2時30分 ⑩午後3時 ⑪午後3時30分 所はーとふるプラザ袋井 ※検診車を使用 内前腕部(手首)の骨の状態をみるレントゲン検査。検査結果は、骨密度検診結果説明会でお渡しします。 持ち物…受診票(申し込み後に郵送)、自己負担金、無料券(お持ちの方) 対次の①～③に全てに該当する方 ①検診後の結果説明会に参加できる方 ②市内在住の40～70歳の女性(令和4年3月31日現在) ③市の骨密度検診を過去に一度も受診していない方 ※骨粗しょう症の疑い等で通院中の方は、受診できません。 定130人(先着順) 料800円(無料券をお持ちの方は無料) ※無料券は、市民税非課税世帯の方に交付します。 検診日の10日前までにお申し込みください。 申氏名・年齢・生年月日・電話番号を電話で(申込期間…8月19日(木)～25日(水))

### ◎結果説明会(参加必須)

時①～⑥に検診を受けた方…11月11日(木) ⑦～⑪に検診を受けた方…11月17日(水) どちらも午後1時30分～3時または午後2時30分～4時(後日通知) 所はーとふるプラザ袋井 内結果の説明、骨を丈夫にする食事と運動について

## 月見の里学遊館



問申 TEL49-3400 FAX49-3405(午前9時～午後5時 木曜日休館) 〒437-0125 上山梨4-3-7  
✉ info@tsukiminosato.com

## 月見のカフェコンサート vol.46ジャズ

時10月2日(土)午後7時～9時(開場…午後6時30分) 所月見の里学遊館 文字・文/ものづくりのワークショップルーム 内迫力あるジャズの生演奏を楽しめるコンサート(出演者…小関信也さん(ジャズピアニスト)ほか) ※ドリンクの提供はありません。 対小学生以上の方 定50人(先着順) 料チケット 前売り券…1,000円 当日券…1,200円 チケット販売場所…月見の里学遊館 チケット販売開始…8月15日(日)～ ※電話予約は同日午前9時から受付開始

## 極上のフレンチ2021

時10月17日(日)午前9時30分～午後2時 所月見の里学遊館・食のワークショップルーム 内袋井市出身のフレンチシェフ・小久江次郎さんを講師に迎え、一流の技術と味に触れる 対18歳以上の方 定12人(先着順) 料3,000円 キャンセル料…10月10日(日)から1,000円発生 申住所・氏名・電話番号を窓口、電話で(申込受付…8月14日(土)～)

問…お問い合わせ先 申…お申し込み先 電…電話番号 電…Eメール HP…ホームページ  
 時…とき 所…場所 内…内容 対…対象 定…定員 料…料金 申…申込方法(いつまでに・どんな情報を・どの方法で)

**水玉プールプログラム 期間：11月1日(月)～令和4年3月18日(金)**

問申 月見の里学遊館 水玉プール TEL49-3201(10月7日(木)～14日(木)休館)

●プールプログラム(全15回)

プログラム名	曜日	時間	内容
上級スイミング	月	11:00～12:00	平泳ぎとバタフライの知識や技術、ターンや持久力を身につける
ウォーターエクササイズ	火	10:30～11:15	泳げない方でも気軽に楽しく水中で全身を動かし、コンディションを整えながらシェイプアップをする
中級スイミング	水	11:00～12:00	クロールと背泳ぎを中心に知識や技術を学ぶ
上級スイミング		14:00～15:00	平泳ぎとバタフライの知識や技術、ターンや持久力を身につける
覚えようクロール	金	14:00～15:00	水の特性を知り、クロールの基本を学ぶ

対 高校生以上 定 15人(先着順) 料 各10,000円(保険料・プール使用料を含む) 申 窓口にある申込書を月見の里学遊館・集会室Aへ(事前に記入)(申込受付…9月25日(土)午前10時～)

●フィットネスプログラム(全15回)

プログラム名	曜日	時間	内容
やさしいエアロ&ストレッチポール	月	10:30～11:20	エアロピクスにより脂肪燃焼を図り、ストレッチポールでのエクササイズで正しい姿勢づくりを目指す
やさしいエアロ&ミニボール運動		13:30～14:30	ミニボールやチューブを使った運動やエアロピクスにより、脂肪燃焼を図り体の引き締めと健康づくりを目指す
ダンベルダイエット		19:30～20:30	ダンベル体操を中心に軽度のエアロピクス、ストレッチ運動で筋肉をつけ、太りにくい体質づくりや活動的な元気な体づくりを目指す
ベーシックエアロ	火	10:30～11:30	エアロピクスの基本動作を中心に、たっぷり体を動かし脂肪燃焼を図る
バレトン&ストレッチ		13:30～14:30	体幹トレーニングを取り入れた有酸素運動。効率よく脂肪を燃焼し、細くしなやかな筋肉づくりや姿勢改善・柔軟性の向上を目指す。
ラテンエアロ		19:30～20:30	ラテン系の音楽と体の動きをエアロピクスの要素に取り入れ、運動不足やストレスの解消を図る
脂肪燃焼キック&パンチ	水	10:30～11:30	音楽に合わせて、ボクシングのキックやパンチ動作を行い、日頃の運動不足やストレスの解消を図る
エアロビク&ストレッチヨガ		13:30～14:30	エアロピクスとストレッチ運動により、持久力の向上・脂肪燃焼・下半身の引き締めや柔軟性の向上を目指す
ピラティス(夜)		18:30～19:20	ピラティス独特の運動により、体幹部の筋力強化や身体バランスの取れた総合的な体づくりを目指す
ピラティス(朝)	金	10:20～11:10	
太極拳		13:30～14:30	太極拳の呼吸法を交え、ゆっくりした動作で全身を使い、心身のバランスを整えることを目指す
HIP HOP		19:30～20:30	簡単なダンスステップをもとにヒップホップの振り付けを楽しみながら、体の動かし方やリズムのとり方などの基礎を学び、運動不足の解消を図る

対 高校生以上 定 20人(先着順)。ただし「やさしいエアロ&ストレッチポール」は15人(先着順) 料 各5,800円(保険料・施設使用料を含む) 申 窓口にある申込書を月見の里学遊館・集会室Aへ(事前に記入)(申込受付…9月25日(土)午前10時～)

●キッズプールプログラム(全15回)

プログラム名	曜日	時間	対象	内容
キッズ	月 火	15:30～16:20	平成25年4月2日～平成29年4月1日生まれ	水の心地よさや楽しさを感じながら水に親しみ、水泳の基礎及び事故防止や安全について学ぶ
ジュニア	水 金	16:30～17:30	小学生	水を通して心身を鍛えながら、クロール、背泳ぎの基本の習得と25メートル以上泳げる力を身につける

定 各曜日30人(先着順) 料 各10,000円(保険料・プール使用料を含む) 申 窓口にある申込書を月見の里学遊館 文字・文のワークショップルームへ(事前に記入)(申込受付…9月5日(日)午前10時～)

●キッズフィットネスプログラム(全15回)

プログラム名	曜日	時間	対象	内容
①速く走ろう 低学年	月	15:30～16:15	小学1年生	走る技術の向上を目指す。基礎体力として必要な瞬発力・柔軟性・バランス感覚を高める。
②速く走ろう 低学年		16:20～17:05	小学2～3年生	
③速く走ろう 高学年		17:10～18:00	小学4年～6年生	

定 ①15人 ②・③20人(先着順) 料 各5,800円(保険料・施設使用料を含む) 申 窓口にある申込書を月見の里学遊館 文字・文のワークショップルームへ(事前に記入)(申込受付…9月5日(日)午前10時～)

とってもメローなコンサート

問 ④ メロープラザ TEL30-4555  
袋井市民吹奏楽団 坂口 TEL090-3484-2267  
✉ mellow-plaza@asahi-net.email.ne.jp

時 8月29日(日)午後1時～3時(開場…午後0時20分) 所 メロープラザ・多機能ホール 内 袋井市民吹奏楽団とメロープラザが協働で開催するコンサート(演奏曲目…ムード歌謡ご当地めぐり(初演)、女神(井上陽水)、青春の輝き(カーペンターズ)など) 対 どなたでも 定 180人(先着順) 料 無料  
④氏名・電話番号を窓口、電話、Eメールで(申込期間…8月14日(土)～26日(木))

多機能ホールワンコイン企画「めろぷら講談会」

時 9月12日(日)午後1時30分～3時30分 所 メロープラザ・多機能ホール 内 神田愛山さん、神田昌味さん、神田鯉風さんら3人の講談師による講談会 対 市内在住の方 定 150人(先着順) 料 500円(当日支払い) ④住所・氏名・電話番号を窓口、電話で(申込期間…8月15日(日)～9月9日(木))

市民芸能フェスタ出演者募集

時 令和4年3月20日(日) 所 メロープラザ・多機能ホール 内 出演ジャンル問わず(ただし、カラオケ・バンドは除く)。出演時間15分(舞台転換込み) 対 市内在住・在勤の方が含まれる団体(10人以内)で、10月9日(土)、12月25日(土)の打ち合わせ、開催前日のリハーサルに参加できる方 定 20団体(申込多数の場合、抽選) 料 参加料…無料 ④窓口にある申込用紙を窓口、ファクス、Eメールで。申込用紙はホームページからダウンロードもできます(申込期限…9月14日(火)まで)

メロープラザ



問 ④ TEL30-4555 FAX23-8000(午前9時～午後10時 水曜日休館) 〒437-1102 浅名1027  
✉ mellow-plaza@asahi-net.email.ne.jp

「食生活と健康」講演会・料理講習会

◎講演会

時 8月27日(金)午後1時30分～4時 所 メロープラザ・多機能ホール 内 演題1…「目からウロコ 油脂のはなし」(講師…齊藤昭さん(一社)日本植物油協会専務理事) 演題2…「たのしく調理、おいしく食事、いきいき生活」(講師…川上栄子さん(e-食の会、(一社)栄養改善普及会静岡県リーダー管理栄養士)) 対 どなたでも(18歳以上) 定 80人(申込多数の場合、抽選) 料 無料 ④氏名・電話番号を窓口、電話、Eメールで(申込期限…8月26日(木)まで)

◎料理講習会(二部交代制)

時 9月5日(日)①午前10時～午後0時30分 ②午後1時30分～4時 所 メロープラザ・調理室 内 「天ぷらを上手に揚げるコツ」天ぷらを中心とした一汁三菜膳を作る(講師…川上栄子さん(e-食の会、(一社)栄養改善普及会静岡県リーダー管理栄養士)) 対 どなたでも(18歳以上) 定 各回12人(申込多数の場合、抽選) 料 500円 ④氏名・電話番号を窓口、電話、Eメールで(申込期限…8月26日(木)まで)

メロープラザ市民朗読劇公演

時 9月5日(日)午後1時30分～3時 所 メロープラザ・多機能ホール 内 演劇集団esとメロープラザが協働で開催する市民参加型の公演。一つの家族を巡る短編作品4編を上演 対 どなたでも 定 80人(先着順) 料 無料 ④住所・氏名・電話番号を窓口、電話、Eメールで(申込期間…8月15日(日)～9月2日(木))

9月開講 / メローカレッジ(入門編)

講座名	期間・回数	時間	内容	定員(先着順)	受講料(材料費含む)
④④ ライフキネティック 1日体験	9月13日(月)	10:00～11:00	運動と脳トレを組み合わせたエクササイズ(講師…内藤裕己さん(ライフキネティックトレーナー))	10人	500円
④⑤ 9月のスイーツ倶楽部	9月26日(日)	9:30～12:30	秋の練り切り(紅葉・菊など)を作る(講師…江川唯姫子さん)	10人	2,000円
④⑥ 9月のたのしいぱんづくり	9月26日(日)	13:30～17:00	ウイナーソーセージロールを作る(講師…岩倉恵美子さん)	10人	1,700円

④④ どなたでも(お子様連れはご遠慮ください)。④⑤・④⑥は18歳以上の方(高校生は除く)。 ④氏名・電話番号・希望講座番号・受講者カードをお持ちの方はカード番号を電話で(申込受付…8月22日(日)～) ◆希望者が少ない場合は、講座を開講しないことがあります。 ◆各講座開講日の当日(開催時間前)に、受講料をお支払いください。 ※キャンセル料…開講日1週間前から材料費分のみ発生。当日キャンセルは受講料全て