



## 健康づくり食生活推進員 育成セミナー

◇「食」を通じた健康づくりについて学習し、地域で食育活動をしてみませんか。

日 7月24日(金)、8月21日(金)、  
9月18日(金)、10月16日(金)、11  
月20日(金)、12月18日(金)、平成  
22年1月29日(金)、2月26日(金)  
全8回

時 午前9時～午後1時

所 袋井保健センター

内容 栄養の基礎知識や生活習慣病予  
防のための食事の講義、調理実習

対象 市内在住で、食を通じた健康づ  
くりに関心のある方(セミナー終了  
後、食生活推進協議会の会員として  
活動していただける方を優先します)

定員 25人(先着順)

受講料 2,000円(材料費、テキスト代)

申込方法 電話で住所、氏名、電話番  
号をお申し込みください。

申込締切 6月30日(火)

◇託児(無料)も行います。希望する方  
は、併せてお申し込みください。

問 健康づくり政策課健康指導1係  
(袋井保健センター) ☎42-7275

## 相談

### 看護師等の再就業相談

◇看護職の資格を持ち、現在就業して  
いない方に、現場経験を持つ職員が  
再就業の相談に応じます。

日 7月1日(水)

時 午前10時～午後2時

所 袋井土木事務所(袋井市山名町2-1)

費用 無料

申込方法 事前に電話または、ファク  
スで氏名、電話番号をお申し込みく  
ださい。

問 県ナースセンター西部支所  
☎・FAX053-454-4335



申込方法 6月30日(火)までに、市民  
体育館、袋井体育センター、浅羽会  
館にある申込書に必要事項を記入の  
うえ、参加料を添えて、市民体育館  
(市スポーツ協会)へお申し込みくだ  
さい。

問 市スポーツ協会(市民体育館内)  
☎42-1920

## 講座

### 点訳奉仕員養成講座 「点字で絵本を作ろう」

日 7月14日(火)～9月8日(火)の毎週  
火曜日(8月11日は除く) 全8回

時 午後7時～8時30分

所 総合センター3階B会議室

講師 点字サークル「つくしの会」

対象 市内在住・在勤の小学4年生以  
上の方

内容 点字器・パソコンを使った点訳  
の基本・絵本づくり

費用 無料

申込方法 7月3日(金)までに電話ま  
たは、ファクスで氏名、電話番号を  
お申し込みください。

問 市社会福祉協議会 ☎43-3020  
FAX43-6305

### 手話奉仕員養成講座

日 ①6月29日(月)～12月21日(月)  
の毎週月曜日(8月13日、祝日は除  
く)②9月19日(土) 全22回

時 ①午後7時～8時30分

②午後1時～4時45分

所 総合センター3階A・B会議室

対象 市内在住・在勤の18歳以上の  
方(高校生は除く)

費用 無料

申込方法 6月19日(金)までに電話ま  
たは、ファクスで氏名、電話番号を  
お申し込みください。

問 市社会福祉協議会 ☎43-3020  
FAX43-6305

## 催し

### あなたの体力年齢は？ 「体力測定会」

◇体力測定会に参加して、瞬発力、持  
久力、全身持久性、敏しょう性、柔  
軟性を測定してみませんか。

日 7月3日(金)

時 午後7時～9時

所 袋井体育センター  
(袋井市上田町267-19)



対象 市内在住、在勤の方

内容 ①握力②上体起こし③長座体前  
屈④反復横跳び⑤立ち幅跳び⑥急歩  
(男性1,500m、女性1,000m)

定員 50人

参加料 無料

申込方法 電話で住所、氏名、年齢、  
性別、電話番号をお申し込みくださ  
い。

申込締切 6月26日(金)

持ち物 体育館シューズ、タオル、水筒  
◇後日、測定値や体力年齢などを記載  
した個人分析結果表を郵送します。

問 スポーツ推進課スポーツ振興係  
☎44-3129

問 袋井体育センター ☎43-1790

### 市陸上競技大会 兼袋井マスタース選手権大会

日 8月2日(日) 雨天決行

時 開会式 午前8時10分～

所 エコパスタジアム、投てき練習場

種目 50m、100m、200m、400m、  
800m、1500m、3000m、400mリ  
レー、立幅跳、走幅跳、三段跳、砲  
丸投、円盤投、やり投

参加資格 小学生以上で健康な方

参加制限 1人2種目まで(リレーは除く)

参加料(1人1種目当たり)

▽小学生…300円 ▽中学生…500円

▽高校生…600円

▽一般・マスタース…1,000円

▽リレー…1チーム1,200円