

参加費 無料

申込方法 当日会場で受け付けを済ませてください。

問い合わせ先 (公社)日本オストミール協会熊本県支部

☎ 384・1012

特定テーマごとの日曜日労働相談

11月13日(日) 労働時間(長時間労働など)、育児休業・介護休業等について

12月11日(日) 解雇、退職勧奨・退職、退職金について

相談時間 午後1時～4時

相談方法 来所、電話

場所・問い合わせ先 くまもと県民交流館パレア

しごと相談・支援センター ☎ 352・3613

※利用時間 毎日午前9時～午後7時(月1回程度の休館日を除く)

募●集

シェイプアップ教室でスッキリお腹に

運動・栄養教室を半日で楽しく体験できます。

運動は日常生活に取り入れやすい内容で、栄養は何をどのくらい食べたらいのか、

80キロカロリーバイキングを通して勉強します。

希望者には後日、血液検査を実施します。

対象者 35歳～64歳までの人

日程 11月20日(日)または25日(金)

午前9時20分～午後0時30分

場所 町公民館講堂

参加費 運動・栄養教室500円、血液検査500円

申込・問い合わせ先 役場健康福祉課健康増進係

☎ 286・3111 内線133・134

Wordで年賀状を作ってみませんか

パソコン(Word)を使ってオリジナルの年賀状を作ってみませんか? 研修内容については、ミナテラスホームページをご覧ください。

http://www.kouryu-town.mashiki.kumamoto.jp/shiki.kumamoto.jp/

日程 12月3日・10日

2回講座 すべて土曜日

時間 午後1時30分～3時30分

場所 ミナテラスIT学習室

町公民館講座

募集人員 20人(先着順)

受講資格 町内に在住、在勤している人

受講料 200円(テキストおよびハガキ代が別途400円必要)

申込期間 11月1日(火)～30日(水)

午前9時～午後5時(月曜休館)

申込方法 ミナテラス窓口に直接申し込んでください。

※受講料の200円は申し込み時、テキスト代等400円は、初回の研修時のお支

払いとなります。

※定員になり次第締め切ります。※電話の申し込みは不可。

問い合わせ先 ミナテラス ☎ 287・8411

宇城看護高等専修学校生徒募集

募集人員 30人

応募資格 中学卒以上、平成24年3月中学・高校卒業見込みの人、男女・年齢不問

修業年限 2年

出願書類 入学願書・調査書(最終卒業学校所定のもの)、

受験料(15,000円を同時納入)

願書受付 12月1日(木)～28日(水)

試験日時 平成24年1月7日(土)

試験場所 下益城郡医師会館

試験科目 筆記試験(中学程度)の国語と数学、面接

※詳しくはお尋ねください。

問い合わせ先 宇城看護高等専修学校 ☎ 0964・33・7474

護身術講座

何が起ころかわからないこのご時世。自らの身は自らで守らなければなりません。そのためには、身体の鍛錬とともに、何事にも動じない精神の修養が大切です。本講座では、護身の基礎的な技術と精神修養の重要性を学びます。

日 時 11月22日(火) 午後7時～9時
11月26日(土) 午前10時～正午

会 場 町総合体育館 武道場

講 師 熊本県少林寺拳法連盟副理事長 外川誠一氏

募集人員 各20人(先着順)

申込受付 11月7日(月) 午前8時30分～

申込方法 町教育委員会生涯学習課へ電話で申し込み。

※原則として1人1回の受講となります(2回連続の講座ではありません)。※動きやすい服装でご参加ください。※夜の講座に子どもが参加する場合、保護者の同伴をお願いします。

●パパと一緒にクッキング ～ママはわいわい子育てトーク～

日ごろ仕事が忙しく、家事・子育てがなかなかできないお父さん、子どもと一緒に料理を作ってみませんか? お母さんは、料理ができる間、子育てについての悩みや困っていることなどの情報交換を行います。日ごろの子育てを振り返ってみましょう。

日 時 12月11日(日) 午後7時～9時

会 場 町公民館 参加費 1人500円(材料費)

対 象 町内に在住・在勤の人で、原則として小学生の子どもと夫婦そろって参加できる人

募集人員 18組(子どもは1組2人まで。先着順)

申込受付 11月14日(月) 午前8時30分～

申込方法 町教育委員会生涯学習課へ参加費とともに申し込み。

※申し込み後の受講辞退による返金は12月7日(水)までとします。※託児を希望する場合は、申し込み時にお伝えください。

◎町教育委員会生涯学習課 ☎ 286-3111 内線321・322