



介護予防教室 「東部んだいじょう部」

日時 11月19日(水) 10:00~11:30
場所 戸崎区民会館(浦崎町)
対象 概ね65歳以上の人
内容 笑いヨガとリズム体操
講師 岡田祥子さん
持参物 飲み物、タオル
 ※今年度は開催場所が毎回変わりますのでご注意ください
申込 尾道市東部地域包括支援センター (☎0848-56-0345)

よつば会家族教室

今回は精神障害福祉サービスについての講演を行います。
日時 11月29日(土) 13:30~15:30
場所 市民センターむかいしま
対象 精神障害者の家族、当事者、精神障害福祉に関心のある人
講師 西川浩司さん(因島相談支援センター・ヴィータ相談支援専門員)

※当日、直接会場にお越しください。
申込 NPO法人尾道こころネットよつば会事務局 (☎0848-37-6600)

発達支援講演会

日時 11月29日(土) 13:30~15:00
場所 総合福祉センター
講師 河本真代さん(自閉症アドバイザー)
演題 発達障害児者の理解と支援について~発達障害のある人の特性をわかりやすく理解する~
定員 70人
申込 社会福祉課 (☎0848-38-9124) 障害者サポートセンターはな・はな (☎0848-29-5002)

発達障害に関する相談

日時 12月8日・平成27年3月9日
 の月曜13:30~16:30

場所 総合福祉センター
対象 コミュニケーション、対人関係、社会性等で発達障害の特性がある人(中学生以上)、その家族など
申込期限 各開催日の一週間前まで
申込 障害者サポートセンターはな・はな (☎0848-29-5002)

オストメイトのための講習会

日時 11月30日(日) 13:00~15:30
場所 尾道市立市民病院
講師 尾道市立市民病院医師・看護師
 ※補装具展示、紹介あり。
申込 日本オストミー協会広島県東部支部(山本☎090-8065-1403)

献血

日程	場所	受付時間
11/26(水)	尾道市立大学	10:15~11:15
		12:30~16:30

尾道市公衆衛生推進協議会 (☎0848-24-1177)

健康相談など

健康診断の結果や血圧・体重などを記入できる健康手帳を配布しています。(40歳以上の市民)
 配布場所 健康推進課、保険年金課、因島総合支所健康推進課、御調保健福祉センター、向島支所、瀬戸田福祉保健センター

尾道地域(向島を含む)

健康推進課 (☎0848-24-1962)

- 成人健康相談
 ◇12月9日(火) 受付9:30~11:00
場所 公会堂別館
内容 集団健診結果説明、血圧・体脂肪・骨密度測定、健康相談(保健師)、栄養相談(栄養士)
- こころの健康・ひきこもり相談(要申込/定員各日2人)
 ◇11月17日(月)13:30~16:30
 ◇12月16日(火)13:00~16:00
場所 総合福祉センター
対象 こころの悩みのある人かその家族、または概ね18歳以上で6カ月以上ひきこもり状態にある人かその家族
担当 精神保健カウンセラー

因島・瀬戸田地域

因島総合支所健康推進課 (☎0845-22-0123)

- 成人健康相談
 ◇12月8日(月)受付9:30~10:30

- 場所** 因島保健センター
 ◇11月21日(金)受付9:30~10:30
- 場所** 瀬戸田福祉保健センター
内容 集団健診結果説明、血圧・体脂肪・骨密度測定、健康相談(保健師)、栄養相談(栄養士)
- こころの相談(要申込/定員2人)
 ◇11月21日(金) 13:00~16:00
担当 精神保健カウンセラー
 ◇12月5日(金) 13:30~16:30
担当 精神科医師
場所 因島総合支所
対象 こころの悩みのある人かその家族

御調地域

御調保健福祉センター(☎0848-76-2235)

- こころの相談(要申込/定員2人)
 ◇11月26日(水) 13:30~15:30
場所 御調保健福祉センター
対象 こころの悩みのある人かその家族
担当 臨床心理士、保健師
- もの忘れ何でも相談室(要申込)
 ◇12月18日(木) 13:30~15:00

- 場所** 御調保健福祉センター
対象 認知症状のある人を在宅で介護している家族
内容 もの忘れ等についての個別相談[申込等は尾道市北部地域包括支援センター(☎0848-76-2495)へ]

東部保健所での相談(要申込)

- B型・C型肝炎ウイルス検査
 ◇第2・4水曜(検査無料)
 ※他で検査機会がない人が対象です。
 ※今まで検査を受けたことのない人が対象です。
- HIV抗体検査と相談
 ◇第2・4水曜(検査無料)
 ※匿名受付。電話相談随時
- アレルギー疾患相談
 ◇第3火曜 13:30~15:30
内容 生活・栄養相談(お子さんは母子健康手帳持参)
- ひきこもり相談(精神科医師による相談)
 ◇11月26日(水) 13:30~16:00
申込 東部保健所保健課 (☎0848-25-2011)

**知って得する！
血液さらさら大作戦「血圧編」**

血圧についてもっと知りたいあなたへ！高血圧の予防、改善のコツ（食事・運動など）をお伝えします。

日時 12月1日(月) 13:30～15:30

場所 みつぎいきいきセンター

対象 概ね74歳までの市民

内容 講義と運動実技

講師 沖田光昭(公立みつぎ総合病院副院長)

久保 恵さん(健康運動指導士)ほか

定員 15人

持参物 屋内用シューズ、飲み物、運動のできる服装

申込期限 11月26日(水)

〒御調保健福祉センター

(☎0848-76-2235)

**第21回「障害者週間」
尾道福祉大会**

12月3日(水)から9日(火)は障害者週間です。すべての人が幸せに生活できる社会を実現するため、障害のことについて考えてみませんか。

日時 12月8日(月) 13:30～15:30

場所 総合福祉センター

内容 記念講演[演題:「笑顔の戦士～生きているって幸せ～」、講師:道志真弓さん(NPO法人ツナガリっちょ理事・元フリーアナウンサー)]、意見発表、アトラクション、福祉事業所によるパン・クッキーなどの販売

〒社会福祉課(☎0848-38-9125)

**まめまめ通信⑱ 健康的な生活習慣を実践する
～歯・口腔の健康～**

行動目標① 歯みがきなど正しい生活習慣を身につけ、高齢になっても口腔機能を保てるよう心がけよう



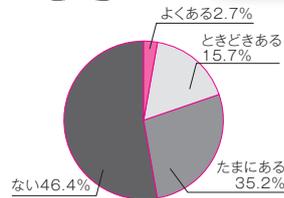
80歳で20本以上歯のある人は増加傾向

80歳代で20本以上歯のある人は、今回調査で34.3%と年々増加しています。しっかりかむことで、満腹感をもたらす食べ過ぎを防いだり、脳が刺激を受け活性化することで認知症の予防効果がみられます。もし自分の歯が少なくなっても正しく義歯を使用してしっかりかみましょう！

行動目標② かかりつけ医を持ち、定期的に歯科健診を受診しよう



「歯みがきをする時、出血することがある」人が
半分以上



意外にも30・40歳代に「出血する」人の割合が高くなっています。「仕事や子育てなど忙しくてなかなか自分の歯の事まで考えられない」という声も聞きますが、歯を長く健康に保つためには、若い頃からのケアも大切です。



歯を失う主な原因は、むし歯と歯周病です。特に、歯周病は、初期は痛みを感じないままゆっくりと進行するので、注意が必要です。また、近年、歯周病は生活習慣病と深く関係しており、特に糖尿病とは増悪関係にあることが分かってきました。



11月末まで、年度末年齢で40・50・60・70歳の人を対象に歯っぴー検診(歯周病検診)を行っています。まだ受診していない人は、早めに市内の歯科医院に受診の予約してくださいね。



〒健康推進課(☎0848-24-1962)

当番医 診療時間/午前9時～午後5時(時間厳守) 尾道市医師会	月日	内科系	小児科系	外科	当番医 診療時間/午前9時～午後1時(時間厳守) 尾道市歯科医師会	歯科
	11月16日	おかはし内科医院(内) 三軒家 ☎22-2262	藤本医院(内・小) 栗原 ☎23-2424	正岡外科胃腸科医院(外) 栗原西1 ☎23-5255		檀上歯科医院 浦崎 ☎73-3025
23日	山本病院(内) 高須 ☎46-0634	板阪内科小児科医院(内・小) 西久保 ☎37-3803	三宅医院(外) 向島 ☎44-1048	中尾歯科医院 十四日元 ☎37-2067		
24日	砂田内科(内) 久保1 ☎37-5888	宇根クリニック(小・内) 高須 ☎47-4111	米花医院(外) 高須 ☎47-4114	中司歯科医院 向東 ☎44-7078		
30日	クリニックながさか(内) 久保1 ☎37-5890	西医院(内・小) 手崎 ☎23-2437	住元整形外科医院(外) 栗原西2 ☎22-3800	鍋島歯科医院 土堂1 ☎22-2878		
12月7日	高亀医院(内) 久保2 ☎37-3102	田辺クリニック(内・小) 古浜 ☎24-1155	高亀医院(外) 久保2 ☎37-3102	はしづか歯科医院 新浜2 ☎24-3355		
14日	土橋内科医院(内) 美ノ郷 ☎48-4114	かなもと医院(小・内) 門田 ☎23-4677	得本医院(外) 向島 ☎45-0555	黒瀬歯科医院 久保1 ☎37-4184		

※市外局番はいずれも「0848」です。※診療時間ご注意ください。
 ※変更になることがありますので、尾道市消防局(☎0848-55-0119)または当番医へ受診前に電話でご確認ください。
 ※因島地区については、「因島医師会病院(因島中庄町 ☎0845-24-1210)」がすべての休日に対応します。
 ※瀬戸田地区については、お知らせカレンダーをご参照ください。

■料金表示のないものは参加無料です。
 ☎電話 ☎FAXアクセス ☎電子メール
 ☎ホームページ ☎申込先 ☎問い合わせ先

受けたもん勝ち!国保の特定健診は平成27年3月末まで

無料!
8,000円
相当

- 国保の特定健診(メタボ健診)が始まって7年目にになりました。「メタボ」と同様に「特定健診」という言葉も知られるようになり、受診率も年々上昇しています。

特定健診は糖尿病や高血圧などの生活習慣病を予防・改善するための健診です。今、男性の2人に1人、女性の5人に1人はメタボと言われています。生活を見直すきっかけに、治療中の人にも1年に1度の健診をおすすめしています。対象者へは4月に受診券を送付しています。失くした場合は再発行も可能です。

- 無料のアフターフォローも充実!
生活習慣病予防のアドバイスが受けられます。

国保の特定保健指導	対象者へは利用券(案内)を送付しています。
成人健康相談 (健診結果説明会)	気軽に参加できます。広報おのみち等をご覧ください。

特定健診を受診するには...

- 個別健診:市内のほとんどの医療機関で受診できます。(要予約)医療機関へ電話で「尾道市の健診」と言って予約してください。かかりつけの医療機関で治療中の人にも受けられます。

- 集団健診:受けるなら、今が最後のチャンス!!まだ受診されていない人におススメです。

内容 特定健診、後期高齢者健診、がん検診(肺・胃・大腸・子宮頸・乳・前立腺)、肝炎ウイルス検診

受付時間 8:30~10:00

※定員があります。お早めに予約してください。

中国労働衛生協会尾道検診所実施分

日程	場所	申込期限
1 / 14(水)	総合福祉センター	11 / 28(金)
1 / 15(木)		
1 / 16(金)		
2 / 4(水)	芸予文化情報センター	12 / 12(金)
2 / 5(木)	(因島)	
2 / 20(金)	総合福祉センター	1 / 12(祝)
2 / 23(月)		

おのみちの川柳
●
健診
日
で
ダ
イ
エ
ッ
ト



東広島記念病院実施分 ※託児あり(要申込)。

※特定健診は、市国保・協会けんぽの家族のみ無料。
※後期高齢者健診・前立腺がん検診の実施はありません。

日程	場所	申込期限
1 / 20(火)	総合福祉センター	12 / 19(金)

集団健診申込方法 各申込期限までに、「①受診希望日②健診項目③名前(ふりがな)④性別⑤生年月日⑥年齢⑦住所⑧電話番号」を窓口か郵送、またはメール「件名『集団健診の申込』」と記入で申込

※電話での申し込みは原則受け付けていません。

☎健康推進課(☎0848-24-1962) 保険年金課(☎0848-38-9107) ✉kenko@city.onomichi.hiroshima.jp

子育て



【尾道地域(向島を含む)】☎健康推進課 (☎0848-24-1960 ☎0848-24-1966)
【因島・瀬戸田地域】☎因島総合支所健康推進課(☎0845-22-0123)
【御調地域】☎御調保健福祉センター (☎0848-76-2235)

乳幼児健診

健診名	場所	日程
4カ月児健診	総合福祉センター	11月26日(水)・27日(木)
	御調保健福祉センター	12月11日(木)
	因島保健センター	11月28日(金)
	瀬戸田福祉保健センター	12月12日(金)

健診名	場所	日程
1歳6カ月児健診	総合福祉センター	12月10日(水)・11日(木)
	因島保健センター	12月11日(木)
	瀬戸田福祉保健センター	12月12日(金)
3歳児健診	総合福祉センター	12月3日(水)・4日(木)
	瀬戸田福祉保健センター	12月12日(金)

※対象者には個別通知します。健診日の1週間前までに通知が届かない場合は、ご連絡ください。なるべく住所地区のセンターで受診してください。年間日程・対象者については市ホームページをご覧ください。

相談・講習会

行事名	場所	日程	受付時間(終了時間)	対象	備考
パパ☆ママ準備スクール(要申込)	総合福祉センター	12月14日(日)	9:30~9:45 (12:30まで)	妊婦とその家族	内容 出産の経過、呼吸法、沐浴実習、妊婦体験等 持参物 母子健康手帳、筆記用具
乳児健康相談	総合福祉センター	11月17日(月)	9:20~9:40	8~12カ月の児	内容 身体計測、育児・栄養相談、ふれあい遊び 持参物 母子健康手帳、バスタオル ※御調は保育士によるふれあい遊びはありません
			13:20~13:40	0~7カ月の児	
	因島保健センター	12月10日(水)	9:10~9:30	8~12カ月の児	
	御調保健福祉センター	12月11日(木)	10:20~10:40	0~7カ月の児	
離乳食講習会(要申込)	総合福祉センター	12月15日(月)	9:40~10:00 (11:40まで)	乳児の家族 ※定員18人※託児あり	内容 調理実習、栄養相談 持参物 母子健康手帳、筆記用具、エプロン、マスク、三角巾
	中庄公民館(因島)	12月17日(水)	13:00~13:20 (15:30まで)	乳児の家族 ※定員10人程度※託児あり	
5歳児相談	総合福祉センター	11月18日(火)	13:00~	平成21年10月生まれで発達等気になることがある人 平成21年11月生まれで発達等気になることがある人	申し込み先 通っている市内保育所・幼稚園(市内保育所等に通っていない人は健康推進課へ)
		12月2日(火)			

おのみち子育て支援センター

(☎0848-37-2409)月～金曜(祝日を除く)9:00～16:00

子育て、人間関係の悩み相談 ～子どもとママのリフレッシュ～	月1回、日程は相談のうえ決定
子育ての悩みや夫婦・家族間、身近な人間関係についての相談、まずは電話を。(初回優先・原則3回まで) 相談員:浮田明子さん(児童家庭支援センターまごころ臨床心理士)定員:若干名 申込:受付中	
子育て応援相談 ～子どもの様子が気になっていませんか～	月1回、日程は相談のうえ決定
日常生活の中でお子さんの様子についての相談、あそび方や関わり方の紹介 定員:若干名 申込:受付中	
栄養相談 ～栄養士さんにきいてみよう～	12/9(木)10:00～11:30
食事(離乳食、授乳含む)についての相談や情報交換。身長、体重測定も可 ※申込不要。	
CSP～子育てのコツをGET～	12/4(木)10:00～11:30
やる気を引き出す効果的なほめ方、叱り方を学ぶ 講師:児童家庭支援センターまごころ相談員 対象:就学前の子とその家族 定員:20組 申込:11/27(木)13:30～電話申込	
親子であそぼう ～はいはいクラブ～	12/5(金)10:00～11:30
親子でできるふれあいあそび 対象:概ね7カ月～1歳半の子とその家族 定員:15組 申込:11/28(金)13:30～電話申込	
親子であそぼう ～てくてくクラブ～	12/10(木)10:00～11:30
親子でできる身体を使った遊び 対象:概ね1歳半～3歳の子とその家族 定員:15組 申込:12/3(木)13:30～電話申込	
みんなでわいわい クリスマス会	12/14(日)10:00～11:30
サンタさんを囲んで楽しく遊びましょう。サンタさんのサクセス演奏も有り。 対象:概ね1～3歳の子と保護者 定員:40組 申込:12/5(金)13:30～電話申込	
赤ちゃんときわりっこ! ～タッチケア～	12/18(木)10:00～11:30
赤ちゃんときわりながら親子のコミュニケーションを深めましょう。講師:沖村暁美さん(日本タッチケア協会認定指導者)対象:概ね2～6カ月の子とその家族、タッチケアに興味のある人 定員:15組 申込:12/11(木)13:30～電話申込	
オープンスペース 向島deあそぼう	12/24(木)10:00～12:00
親子のふれあいあそび。相談も可。 場所:市民センターむかいしま内※申込不要。	

いんのしま子育て支援センター

(☎0845-22-1545)月～金曜(祝日を除く)9:00～16:00

気がかり相談	12/16(木)10:00～11:50
子育て・家庭・自分のこと、何でも気軽に相談できます。相談員:浮田明子さん(児童家庭支援センターまごころ臨床心理士) 定員:2組 申込:受付中	
作ってあそぼう ～手作りおもちゃ～	12/2(木)10:00～11:00
手作りのおもちゃを作ってみませんか?赤ちゃんも喜ぶホースのフープ・木べらのガラガラ 材料費:200円 対象:未就園の子と保護者 定員:15組 申込:11/18(木)～	
わくわくBABY	12/4(木)10:00～10:30
わくわくふれあい遊びの赤ちゃん版。体重測定も可。対象:首が座っているまだハイハイをしていない子と保護者 ※申込不要。(対象外の子は10:40～利用可)	
親子で遊ぼう ～いっぱいふれあって笑顔の時間を作りましょう～	12/7(日)10:00～11:00
身体を使って親子のふれあいを楽しみましょう!パパ・ママもご参加ください。(妊婦の方はご相談下さい。) 場所:芸予文化情報センター 講師:嶋田萌菜さん 対象:1歳半以上未就園の子と保護者 定員:30組 申込:11/21(金)～	
せとだde支援センターの クリスマス!	12/10(木)10:00～11:00
いんのしま子育て支援センターが瀬戸田に出張します。 場所:瀬戸田市民会館 講師:嶋田萌菜さん 対象:未就学の子と保護者(いんのしま子育て支援センターも開設しています。)	
センターのわくわくクリスマス	12/11(木)10:00～11:00
わくわくふれあい遊びのクリスマス会。親子のふれあい遊び、マジック・パネルシアター、絵本の読み聞かせなど。 対象:未就園の子と保護者 定員:概ね20組 申込:11/27(木)～	
みかんちゃんトリミク	12/19(金)10:30～11:00
初参加でも楽しめるリズム遊びです 講師:村上清美さん(リトミック研究センター認定講師) 対象:未就園の子と保護者	

みつぎ子育て支援センター「みっけ」

(☎0848-76-0888)月・水・金曜(祝日を除く)9:00～16:00

子育て相談	12/17(木)10:00～11:30
子育て・家庭・自分のこと、何でも気軽に相談できます。相談員:浮田明子さん(児童家庭支援センターまごころ臨床心理士) 定員:1組 申込:受付中	
子育て応援講座 「クークーママの音あそび」	12/8(月)10:00～11:30
聞いて、見て、親子でリトミクを体験しよう。講師:宮本孝子さん(認定音楽療法士) 対象:概ね1歳半～3歳の子と保護者 定員:15組 申込:受付中※電話申込。	
ベビーマッサージ 「ハハコ」	12/12(金)10:00～11:30
ママの手で赤ちゃんの便秘や夜泣きの手当てをしましょう。親子の絆も深まります。対象:生後2カ月～ハイハイ時期 定員:5組 申込:11/21(金)～電話申込	
みっけでクリスマス☆ 「クリスマスコンサート」	12/19(金)10:30～11:15
ハンドベル演奏などをみんなで楽しみましょう☆ 演奏:エンジェルの皆さん ※申込不要。	
ベビーヨーガ 「はびはび」	12/26(金)10:00～11:30
ベビーヨーガを通じて赤ちゃんのことを知りましょう。講師:吉廣朱美さん(助産師) 対象:首が座ってから歩くまでの子と保護者 定員:10組程度 申込:12/1(月)～電話申込	
ランチタイム開放DAY 「わくわく」	12/3(木)・17(木)11:45～13:00
第1・3水曜は、みんなで昼食を一緒に食べよう。準備も一緒にするよ。持参物:弁当 ※申込不要。	



■料金表示のないものは参加無料です。
☎電話
FAXファックス
E電子メール
HPホームページ
申 申込先
問 問い合わせ先

病児保育を行っています

病氣中(回復期も含む)で、集団保育等が困難な子を、医療機関に付設された保育室で一時的に預かります。

日時 月～金曜 8:30～18:00

土曜 8:30～13:00

※年末年始と宇根クリニックの休診日を除く。

場所 病児保育室のびのび(宇根クリニック内)

対象 市内在住の生後3カ月から小学3年生までの児童で、医療機関による入院治療の必要はないが、病氣中のため、集団保育等が困難な時期にあり、保護者が勤務の都合等やむを得ない事情により家庭での育児が困難であること

定員 1日4人

料金 世帯の所得税額等による(1日あたり0円、500円、1,000円、2,000円の4段階に区分)※給食は実施しない。

持参物 弁当、飲み物、おやつ

利用方法 ①年1回の事前登録が必要
②利用希望日の前日までに、病児保育室へ電話か来院にて予約のうえ、利用日までに利用申込が必要(毎回手続きが必要)

※当日予約は8:20以降、病児保育室へ電話。

☎宇根クリニック(☎0848-47-4111)

病児保育室のびのび

(☎0848-47-4113)

子育て支援課(☎0848-38-9114)

第17回おのみちファミリー・サポート・センター交流会参加者募集

日時 11月20日(木) 10:00～11:30

場所 人権文化センター

対象 会員か子育てに関心のある人
内容 パステルアート～オリジナル年賀状作り～

講師 松村麻寿美さん

定員 20人※託児あり(要申込)。

申込方法 11月14日(金)までに電話か来所で申込

■おのみちファミリー・サポート・センターは、地域で子育ての手助けをしてほしい人と、子育てのお

手伝いをしたい人が、お互いに助け合うことを目的とした会員組織です。

☎おのみちファミリー・サポート・センター(☎0848-37-2415)

楽しい子ども料理教室～クリスマス編～

日時 11月24日(月) 9:30～12:00

場所 向島公民館調理実習室

対象 小学生とその保護者

内容 ローストチキン・かぼちゃサラダ・海老とブロッコリーのクリームシチュー・レンジで簡単!パウンドケーキ

定員 20組

参加費 1人500円

持参物 エプロン、マスク、三角巾、ふきん、タオル

申込方法 11月21日(金)までに、「①名前②住所③電話番号④アレルギーの有無」を窓口か電話、FAXで申込(平日9:00～16:00)

☎向島公民館

(☎0848-44-0683 ☎0848-44-2569)

親子で赤ちゃん恐竜を作ってみよう!



日時 11月30日(日) 10:00～11:30

場所 みつぎ子育て支援センターみつけ

対象 幼児～小学生の子と保護者(20組程度)

講師 亀井由美子さん(造形作家)

参加費 300円

☎NPO法人はびままクローバー

(☎0848-76-0888)

北久保児童館

■遊んじゃOh!～クリスマスのリース作り～

日時 12月20日(土) 13:30～15:00

対象 4歳児(年中)～小学生

※就学前の子は保護者同伴。

講師 沖村暁美さん

定員 15人

参加費 150円

持参物 飾り(リボンや鈴、木の実は)、ハサミ、飲み物

申込方法 12月8日(月)から電話か来館で申込(10:00～17:00/土・日・祝日を除く)
※10:00～12:00、15:00～17:00はオープンスペースを自由来館とします。

☎北久保児童館(☎0848-20-7192)

ひとり親家庭の親子交流会～にこにこクッキング～

日時 12月21日(日) 10:00～13:00

場所 総合福祉センター

内容 タンドリーチキンとパイシチューでクリスマス

参加費 1人300円

定員 15組

持参物 エプロン・三角巾・マスク・ふきん・台ふきん・飲み物

申込期限 12月17日(水)

☎母子・父子福祉センター(☎0848-22-8385)

簿記入門講座

日時 平成27年1月10日～3月7日の土曜10:00～12:00(隔週全5回)

場所 総合福祉センター

内容 簿記の基礎・仕訳の基礎・伝票
受講料 1,000円(テキスト代込)

定員 20人(ひとり親家庭の人優先)

持参物 筆記用具、電卓

申込期限 12月24日(水)

☎母子・父子福祉センター(☎0848-22-8385)

パソコン入門講座 因島教室～ワード初級編～

日時 平成27年1月18日～3月15日の日曜10:00～12:00(隔週全5回)

場所 因島市民会館

対象 ひとり親家庭の親か寡婦

内容 パソコンの基本操作や文章入力・表の作成など

受講料 3,000円(テキスト代込)

定員 10人

申込期限 平成27年1月8日(木)

※最少遂行人数(5人)に達しない場合中止。

☎母子・父子福祉センター(☎0848-22-8385)