

申込先 詳細の問い合わせ先 料金の表示のないものは無料です

税に関する作品展

高知市・土佐町・大川村の小・中学生から応募のあった税に関するまんがや習字などを展示、「1億円」の重さ体験コーナー、税金クイズ、租税教育用ビデオ(アニメ)の放映などを行います。

日時 11月6日(土)12時~17時、7日(日)10時~17時

場所 イオンモール高知2階イオンホール
▶同時開催「税理士会無料相談(税務相談)」

▶高知税務署からのお知らせ...税務署が主催の年末調整説明会は、動画配信に変更していくこととなり、令和3年以降は開催しないことになりました。なお、年末調整に関する各種情報については、国税庁HPに11月ごろ掲載予定の「年末調整特集ページ」をご覧ください。



高知税務署 ☎822-1123

Love Actアサ活 ~morning yoga~

日曜日のアサ活イベントにヨガ登場。初めての方でもOK。眠った体を起こして、元気な一日をスタートしましょう。

対象 市内在住または在勤の20歳~30歳の独身男女。

日時 11月21日(日)9時半~10時半

場所 青年センター5階多目的練習室502

定員 6人

費用 マットレンタル希望者は200円

講師 大崎あつこさん (inakayoga from YOGA Koco Kochi)

申込 11月2日(火)~16日(火)、電話または青年センターHPで。電話の受付時間9時~21時半(日曜日は16時半まで)。

青年センター「愛活」推進事業事務局 ☎879-9191

男のセルフマネジメント講座 「いま、僕たちに必要なこと」

「男だから」と、我慢を強いられてきたことで生まれるモヤモヤの解消方法を、自らの男性像と向き合い探求する「男性の語り合いの場」を主催する講師と一緒に考える講座です。

日時 11月20日(土)13時半~15時半

対象 男性(自分の性を男性と認識している方)

定員 会場20人、オンライン100人(ともに先着順)

費用 500円

講師 西井開さん (Re-Design For Men代表)

申込 電話またはソーレHPで。オンラインは11月18日(木)17時締め切り。

託児 あり。予約制。

ほか 講座終了後に、「男性の語り合いの場」の体験を行います。(会場受講者対象・無料・約1時間)

申込 高知男女共同参画センター「ソーレ」 ☎873-9100



エンパワメント講座 「心を削らない働き方」

ハラスメントや人間関係、介護と仕事の両立などの悩みを抱えている女性に向けて、講師の当事者体験を交えて、働きやすい環境づくりや、心の持ち方などについて考えます。

日時 11月21日(日)10時~16時

対象 女性

定員 会場30人、オンライン100人(ともに先着順)

費用 1,000円

講師 佐藤美礼さん (NPO 日本キャリア・コンサルタント協会 理事)

申込 電話またはソーレHPで。オンラインは11月19日(金)17時締め切り。

託児 あり。予約制。

申込 高知男女共同参画センター「ソーレ」 ☎873-9100



市スポーツ振興事業団自主事業 救命講習参加者の募集

心肺蘇生法やAED使用法について、市消防局職員が3時間の普通救命講習を行います。万が一の備えをしておきましょう。

対象 3時間の講習を受講できる方

日時 11月30日(火)・12月1日(水)13時半~16時半(いずれか1日)

場所 市総合体育館会議室

定員 各回先着10人

申込 11月8日(月)9時~11月22日(月)21時に、直接または電話で。

ほか 消防職員へ緊急要請が発令された場合に中止となることがあります。



申込 市スポーツ振興事業団「高知市総合体育館救命講習」 ☎833-4061

今だからこそ! 作りおき料理教室

コロナ禍だからこそ、簡単な「作りおきレシピ」を学びませんか。作りおきは買い物回数も減らせて、便利です。

対象 市内在住で障害のある方

日時 12月18日(土)13時半~16時半

場所 市障害者福祉センター(旭町2-21-6)

定員 先着6人

費用 材料費1,000円(前納)

申込 11月5日(金)~12月9日(木)に、直接。土・日曜日、祝日は休み。

ほか 当日は、料理を作って飲食をせず、お持ち帰りいただきます。

申込 障害者福祉センター ☎873-7717 FAX873-6420、 asahi@kochi-csw.or.jp



パソコンのエクセルで 絵を描こう! 体験教室

表計算ソフトのエクセルで絵を描くコツが学べます。パソコン初心者大歓迎。トラックボールマウスあります。

対象 市内在住でマウス操作が可能な障害のある小学生以上の方

日時 11月27日(土)10時~12時

場所 市障害者福祉センター(旭町2-21-6)

定員 先着10人

申込 11月2日(火)~19日(金)に、直接・電話・FAX・電子メールのいずれかで。土・日曜日、祝日は休み。

申込 障害者福祉センター ☎873-7717、 FAX873-6420、 asahi@kochi-csw.or.jp



地域公民館講座 市民学校

対象 市内在住または在勤の16歳以上の方。

ほか いずれの講座も申し込み後の取り消しによる受講料、教材費の払い戻しはしません。詳しくは、文化振興課HPをご覧ください。各開催場所へお問い合わせください。*料理教室等の講座については、会場内での試食は行いません。日・月曜日、祝日は休み。

Table with columns: 講座名, 講師, 開催日時, 開催場所(申込先), 申込日時・方法, 定員(先着), 受講料(教材費). Lists various courses like '初めての防災教室', 'こけ玉教室', etc.

募集

お知らせ

講座 & 教室

催し & イベント

募集

お知らせ

講座 & 教室

催し & イベント

2021年11月号

2021年11月号