

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

令和3年度 旭老人福祉センター

木村会館改修記念プレミアム60講座 ~くらしのリニューアル術~

対象 市内在住の60歳以上の方 時間 10時~11時半 場所 イオン高知旭町店2階 定員 15人

申込 往復はがきに①「くらしのリニューアル術」②住所③氏名・ふりがな④生年月日⑤連絡先を明記し、12月18日(土)必着で郵送。定員を超えた場合は抽選。結果は12月22日(水)以降に通知します。定員に達しない場合は、12月21日(火)9時半~1月8日(土)17時に、電話で。日・月曜日、祝日、12月26日(日)~1月4日(火)は休み。

Table with 3 columns: テーマ, 講師, 開講日(全10回). Topics include '幸せになるためのお金のはなし', '今こそ始めるお片付け講座', '元気なココロとカラダづくり講座'.

申し込み、詳しくは〒780-0935 旭町2-21-6 木村会館「いきいき60講座」係 ☎872-0374へ

受講料 無料

※材料費等の実費あり

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 申し込み後の取り消しによる払い戻しはしません。「パソコン教室「デジタル画像入門」」は、パソコンとデジタルカメラを持参でき、文字入力・マウス操作できる方が対象。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。日・月曜日、祝日は休み。

Table with 7 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). Courses include '干支のちりめん細工教室', 'お正月飾り教室', 'パソコン教室「デジタル画像入門」'.

令和3年度 旭文化センター 冬の市民学校

申し込み、詳しくは 〒780-0935 旭町2-21-6 障害者福祉センター 3階木村会館事務局「市民学校」係 ☎872-0374へ

期間 1月11日(火)から順次開講します。

申込 往復はがきで①科目②住所③氏名・ふりがな④連絡先を明記し、12月11日(土)必着で郵送。定員を超えた場合は抽選。結果は15日(火)以降に通知します。定員に達しない科目は14日(火)9時半~24日(金)17時に、電話(☎872-0374)でのみ受け付け(歴史講座は往復はがきのみ)。ただし、日・月曜日を除く。

ほか ●受講料のほか教材費等が別途必要。受講料・教材費等は開講初日に各会場で徴収します●申し込み後の取り消しや科目変更、欠席での払い戻しはしません●一定人数未満の科目は中止することがあります●講師の都合等で日程を変更することがあります●開講後も新型コロナウイルス感染症対策の観点から中止する場合があります。その場合、受講料は返金します●障害者福祉センターは駐車できません●室内履きをご用意ください

Table with 8 columns: 場所, 曜日, 科目, 講師, 時間, 受講料, 定員, 回数. Courses include 'ちぎり絵(第1・3週)', 'フラワーデザイン教室(第2・4週)', 'フラダンス教室', '手編(第2・4週)', '戸塚刺しゅう(第1・3週)', 'つまみ細工(第2・4週)', 'モビバン椅子ストレッチ', '絵手紙教室', '歴史講座', '3Bリフレッシュ体操', 'ヨーガ', 'カメラ講座', '骨盤調整ヨガ®', '楽しむ写真教室'.

デジタル資料製作 ボランティア養成講座

活字図書の利用が困難な方のために、文字情報をテキストデータに変換するボランティアを養成します。

対象 ①パソコン(Mac除く)を持ち、日常的に使用している ②メールでのデータ送受信ができる ③講座修了後に継続してボランティア活動ができる ーの全てを満たす方

日時 1月22日(土)10時~16時

場所 オートピア1階会議室

定員 先着10人

申込 申込書に記入の上、12月1日(火)~15日(水)に、電子メールで。申込書はオートピア高知声と点字の図書館HPからダウンロードできます。

申込 声と点字の図書館 ☎823-9488、

✉kc-120200@city.kochi.lg.jp

障害のある方の防災講座

対象 市内在住で障害のある小学生以上の方またはご家族の方

日時 1月22日(土)13時半~15時半

場所 障害者福祉センター(旭町2-21-6)

定員 先着10人

申込 12月6日(月)~1月14日(金)に、電話・FAX・電子メール・直接のいずれかで。土・日曜日、祝日、12月29日(水)~1月3日(月)は休み。

申込 障害者福祉センター ☎873-7717、FAX873-6420、

✉asahi@kochi-csw.or.jp

男性家事講座 時短・簡単 家事料理教室

動機は何でもOK!料理を学ぶことは、男性の自立にもつながります。

対象 男性

日時 1月23日(日)10時~13時

定員 先着12人

講師 雨森学さん(食空間クー・ド・パレーヌ オーナーシェフ)

申込 12月18日(土)9時から、電話またはソーレHPで。

申込 託児あり。予約制。

申込 こうち男女共同参画センター「ソーレ」 ☎873-9100

就職氷河期世代の就職支援セミナー 産業政策課 ☎823-9456

プログラミング教材を活用した論理的思考力の養成など、就職に生かせる能力の向上を支援します。就職相談や職業紹介も行います。

対象 おおむね35~50歳で、市内在住または市内企業への就職を希望する方。

日時 1月18日(火)~2月9日(水)のうち12日間、いずれも午後。全12回。

場所 OKAMURA帯屋町ビル5階COMMUBA(帯屋町2-14)

定員 10人 申込 12月13日(月)から、セミナー事務局(☎856-7477)に電話で。

ほか 受講時にノートパソコン等を持参。詳しくは産業政策課HPをご覧ください。

市スポーツ振興事業団グループ スポーツ教室 申し込み、詳しくは〒780-8031 大原町158 市総合体育館 ☎833-4061、〒781-8125 五台山1736-1 くらしおアリーナ ☎878-1150へ

申込 往復はがきに希望する教室名・住所・氏名・年齢・性別・電話番号、幼児は保護者名を明記し、郵送または所定の申込用紙で窓口へ直接。締め切りは12月27日(月)21時必着。希望者多数の場合は抽選。当選発表は1月4日(火)14時。

Table with 6 columns: 教室名, 対象(運動可能な方), 開催日程, 開催場所, 定員, 参加費. Courses include '幼児体操教室(年中児クラス)', '男性限定!ナイトヨガ教室(2期)', 'ゆったりベリーダンス教室', 'ZUMBA®~ナイト教室3期~', 'フットセラピー&からだ調整エクササイズ教室', 'ナイトピラティス教室(2期)', '初心者からの優しいヨガ教室', 'ウォーキング&ジョギング教室(3期)'.

申込 12月6日(月)9時より、市総合体育館または東部総合運動場くらしおアリーナへ電話または窓口にて直接申し込みを。定員になり次第受け付け終了。

Table with 6 columns: 教室名, 対象(運動可能な方), 開催日程, 開催場所, 定員, 参加費. Course: 'ノルディックウォーキング体験会'.

