

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

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



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。新型コロナウイルス感染症の状況により、定員数を変更する場合があります。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。※料理教室等の講座については、会場内での飲食は行いません。

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). Rows include courses like '寄せ植え教室' and 'みんなでロコモ対策シリーズ'.

市スポーツ振興事業団グループ スポーツ教室

申込 往復はがきに希望する教室名・住所・氏名・生年月日・電話番号、小学生は学校名・学年・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①～④は6月20日(月)21時、⑤⑥は7月20日(水)21時必着。希望者多数の場合は抽選。



申込 往復はがきに希望する教室名・住所・氏名・生年月日・電話番号、小学生は学校名・学年・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①～④は6月20日(月)21時、⑤⑥は7月20日(水)21時必着。希望者多数の場合は抽選。

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. Rows include '①ヨーガセラピー教室' and '②夏休み小学生水泳教室'.

申込 6月3日(金)9時から市総合体育館またはくろしおアリーナ窓口にて直接または電話で。参加費は当日支払。

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. Rows include '⑦ヨーガセラピー' and '⑧キレイになる美腸活ヨガ'.

「高校生ビジネスプラン・グランプリ」プラン作成講座

「高校生ビジネスプラン・グランプリ」の開催に合わせたビジネスプラン作成講座。企画や事業計画の作成に役立つ、基本的な考え方や手法が学べます。

対象 県内の高校生・高専生(個人またはグループ)
日時 7月28日(水)・29日(木)10時～16時
場所 オートピア4階ホール
定員 5～10組程度(1組当たりの人数の上限はなし)
申込 6月1日(水)～7月14日(水)に、電話・FAX・電子メールのいずれかで。
申込先 オートピア高知図書館(ティーンズ担当、支援協力担当、ビジネス支援担当)
電話 823-4946、FAX 823-9352
メール toiawase@library.kochi.jp

よりよい関係を築くコミュニケーション講座

顔をうかがってしまうことは、夫婦やパートナー、親子、友人といった親しい間柄にも起こります。あなたの気持ちを「見える化」して、相手に「伝わる言葉」に変えて伝えていく、アサーティブ・コミュニケーションを学びませんか。

対象 女性
日時 7月31日(日)、8月7日(日)14時～16時半。全2回。
場所 ソーレ視聴覚室(旭町3-115)
定員 先着15人
費用 1,000円
講師 小柳茂子さん(相模女子大学教授、臨床心理士、公認心理師)
申込 6月4日(土)9時から、電話またはソーレHPで。
託児 6カ月～小学3年生、予約制。小学生は1家族500円。
申込先 こうち男女共同参画センター「ソーレ」873-9100

障害のある方の「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。パソコン初心者も大歓迎。

対象 市内在住で障害のある小学生以上で、マウス操作が可能な方
日時 6月25日(土)10時～12時
場所 障害者福祉センター(旭町2-21-6)
定員 先着10人
申込 6月3日(金)～17日(金)、直接・電話・FAX・電子メールのいずれかで。
申込先 障害者福祉センター
電話 873-7717、FAX 873-6420
メール asahi@kochi-csw.or.jp

点訳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、点訳図書を製作するボランティアとして活動してみませんか。図書製作にはパソコンを使用します。

対象 ①パソコン(Windows)を持ち、ファイル添付したメールの送受信ができる②講座終了後、継続してボランティア活動に参加できる――の全ての条件を満たす方
期日 6月18日(土)～約1年間(直接講座11回、通信課題約35回)
場所 オートピア4階集会室等
定員 15人
費用 テキスト代1,540円程度
申込 申込書に必要事項を記入し、6月1日(水)～12日(日)9時～20時(ただし、土・日曜日は18時まで)に、本人が声と点字の図書館へ持参。簡単な面接を行います。
ほか 月曜日・第3金曜日は休館
申込先 〒780-0842 追手筋2-1-1 声と点字の図書館 823-9488

選挙人名簿への登録・在外選挙人名簿登録

6月1日時点で登録資格を有する方を、高知市選挙人名簿に登録します。

対象 平成16年6月2日以前に生まれた方で、市の住民基本台帳に登録された日から引き続き3カ月以上居住した方(既登録の方、令和4年1月以前に転出した方を除く)
ほか この登録と3月1日～6月1日の間に行われた在外選挙人名簿の登録に関する異議申出期間は6月2日(水)～6日(月)8時半～17時です。登録確認のための名簿閲覧をご希望の方は、事前にお問い合わせください。
申込先 選挙管理委員会 823-9483

ヘルスマイト養成研修

健康づくりや食育推進のための活動に取り組む高知市食生活改善推進員(通称ヘルスマイト)になりませんか。

対象 市内在住の方で、研修(全7回)の9割以上に参加でき、修了後は高知市食生活改善推進協議会に入会し、ヘルスマイトとして地域で講習会やイベント等のボランティア活動に参加できる方
日時 ①7月8日(金)・15日(金)・22日(金)、8月26日(金)9時半～12時半
②7月29日(金)、8月5日(金)・19日(金)9時半～13時
場所 ①総合あんしんセンター(丸ノ内1-7-45)
②保健福祉センター(塩田町18-10)
定員 18人
申込 6月2日(水)～14日(火)、電話
ほか 協議会入会時に入会費とエプロン代が必要。
申込先 健康増進課 803-8005

「自衛官等採用試験」一般曹候補生の受験者を募集しています。18歳以上33歳未満(採用予定月の1日現在)の方が対象です。詳しくは高知地方協力本部HPをご覧ください。自衛隊高知募集案内所 823-2006

「生涯現役実現のためのおしごとミニ説明会 in ハローワーク」おむね55歳以上の方を対象に、企業の方と直接、お仕事の内容等を気軽に話せる小規模な説明会です。7月5日(火)10時～12時、ハローワーク高知で。定員先着20人(要事前申し込み)。県生涯現役促進地域連携協議会 879-1907