

学び

高齢者

医療

スポーツ

子育て

くらし

相談

ごみ

健康



▲健康シニア応援塾

健康シニア応援塾の受講者
 いつまでも健康ではつらつとした生活を送れるよう、介護予防のための健康シニア応援塾を開催します。スポーツクラブの講師による筋トレやチェア（椅子）エクササイズ、脳トレ、口腔機能向上や栄養面に関する事を学び、健康な心と体づくりを目指します。皆さんと一緒にトレーニングをしませんか。

□とき ▽毎週火曜日コース

募集



案内

おもいでカフェを開催
 明智回想法センターで「おもいでカフェ」を開催します。コーヒーを飲みながら思い出話や季節のよもやま話に花を咲かせ、くつろぎのひとときを過ごしませんか。

□料金 1000円/杯

□とき 8月4日(金)午後1時～3時

□ところ 明智回想法センター

□料金 ▽毎週火曜日コース 11200円(保険料) ▽毎週水曜日コース 8000円(保険料)

□受付期間 8月1日(火)～8月22日(火)

※本人が申し込みください。初めての方を優先に受け付けします

□申請 地域包括支援センター(内線167)

11月9日(金)～平成30年2月27日午後1時半～3時(平成30年1月2日と1月9日を除く全24回) ▽毎週水曜日コース 11月9日(金)～11月22日(金)午前10時40分～午後0時10分(全12回)

□ところ スポーツクラブアクトス(長島町)

※水曜日コースのみ笠岡地区に送迎あり(要相談)

□対象 市内在住で、介護保険の認定を受けていないおおよね65歳以上の方

□定員 各コース13人(先着順)



▲みんなで楽しく語り合う

成年後見制度の巡回相談を開催
 成年後見制度は、認知症や知的障がい、精神障がいなどで判断能力が十分でない方が不利益を受けないように家庭裁判所に申し立てを行い、その方を支援する人(後見人など)を付ける制度です。専門の相談員が無料で相談に応じます。

□とき 8月10日(木)午後1時半～3時半

□ところ 明智振興事務所相談室

もいでカフェを開催します。コーヒーを飲みながら思い出話や季節のよもやま話に花を咲かせ、くつろぎのひとときを過ごしませんか。

認知症の方やその家族だけでなく、自身の認知症予防や、その手伝いに関心ある方など、どなたでも気軽に参加ください。

□料金 1000円/杯

□申請 明智回想法センター(内線4056)

□相談員 NPO東濃成年後見センター 中津川・恵那事務所 所相談員

※事前に申し込みが必要です

□申請 地域包括支援センター(内線169)

市立恵那病院で糖尿病教室を開催
 市立恵那病院では、糖尿病を学んで健康管理をするために、糖尿病教室を開催いたします。第4回のテーマは「第1回糖尿病食を食べてみよう」です。どなたでも参加できますので、この機会にぜひ申し込みください。

□とき 8月2日(水)午後0時半～1時半

□ところ 市立恵那病院

□定員 20人(先着順)

□料金 500円

□講師 富田由乃氏(市立恵那病院管理栄養士)

□締め切り 7月26日(水)

□申請 市立恵那病院医事課 26-2121(平日午前8時半～午後5時)

医療
 安心と安全のために

案内



恵那文化センター8月の催し

恵那文化センター ☎25-5121
<http://bunka.city.ena.lg.jp/>

とき	催し物	会場	時間	入場料	主催(連絡先)
4日(金)～6日(日)	第15回恵那平和美術展	展示室	10:00～17:00 (6日は16:00まで)	無料	恵那平和美術展実行委員会(渡辺) ☎28-2636
5日(土)	児童センター夏のお楽しみショー「中津川工業高校吹奏楽部コンサート」	集会室	10:00～11:30	小学生以上100円	中野児童センター ☎26-3878
6日(日)	映画「この世界の片隅に」	大ホール	10:00～12:10	大人1,200円(前売り券1,000円) 小中高生500円(前売り券同額)	「この世界の片隅に」上映実行委員会 ☎25-5285(教育会館)
6日(日)	日舞教室たつよ会盛夏発表会	集会室	13:30～	無料	たつよ会(中野) ☎25-2328
9日(水)	三学のまち講座特別講座「暮らし続けたい町にする為に自分ができること」	集会室	19:30～21:00	無料	生涯学習まちづくりセンター ☎25-5711
10日(木)～11日(金)	2017 恵那市木工展	集会室	10日は13:00～17:00 11日は9:00～15:00	無料	えなの森林づくり推進委員会(林政課内) ☎26-2111(内線362)
26日(土)	認知症講演会	大ホール	開場12:30～ 開演13:00～	無料	市地域包括支援センター ☎26-2111(内線168)
29日(火)	リニアまちづくり講演会	集会室	開演19:00～	無料	リニアまちづくり課 ☎26-2111(内線244)

来年の8月7日(火)から9月2日(日)に文化センターの大ホール、集会室、展示室の使用(催し物に限る)を希望する方は、8月1日(木)午前9時から抽選を行います。詳細は文化センターへ問い合わせください。8月は休館日が変則的になっていますのでご注意ください。

【文化センター8月の休館日】 7日(月)・12日(土)・14日(月)・21日(月)・28日(月)

明智かえでホール8月の催し

明智かえでホール ☎54-3991
 生涯学習課 ☎26-2111(内線472)

とき	催し物	会場	時間	入場料	主催(連絡先)
19日(土)	ピアノ・電子オルガン無料開放	練習室	9:00～17:00	無料	明智かえでホール
27日(日)	第6回終歌の饗宴	ホール	9:30～18:00	無料	終歌謡クラブ(保母世津子) ☎54-3751

ホールの利用は早めに申し込んでください。8月は休館日が変則的になっていますのでご注意ください。

【かえでホール8月の休館日】 7日(月)・12日(土)・14日(月)・21日(月)・28日(月)

◎催しの予定は変更になる場合があります。詳細は主催者へお尋ねください。
 ◎駐車場には限りがあります。来館の際は、車の乗り合わせや公共交通機関をご利用ください。



募集

クリスタルカップフットサル少年大会参加者

□とき 9月10日(日)午前9時
□ところ 恵那スケート場
□定員 12チーム(先着順)
□料金 1000円/チーム
□申し込み方法 直接か電話で申し込む。
□受け付け開始 7月26日(水)



▲ボールを追い掛けコート駆け回る

短期集中かけっこ教室

走ることは全てのスポーツの基本です。運動会で活躍できるよう、小学生に走り方のコツを指導します。
□とき 8月19日(土)、22日(火)、24日(木)
□時間 低学年クラス11午後4時15分～5時 高学年クラス11午後5時15分～6時
□ところ まきがね公園体育館
□定員 各クラス30人(先着順)
□料金 1000円(3日間分)
□講師 市陸上競技協会指導員
□持ち物 屋内用運動靴、タオル、飲み物
□申し込み方法 直接か電話で申し込む。
□受け付け開始 7月28日(金)午前9時
□・問 市体育連盟 ☎ 25-6478 (月曜日休館)

トレーニング講習会(8月)
▷とき=10日(木)・24日(木)午前10時(託児付き)、17日(木)・29日(火)午後7時
▷料金=520円 ▷持ち物=屋内用運動靴 ▷対象=高校生以上(要予約・時間厳守)
トレーニング相談日(8月)
▷とき=3日(木)・22日(火)午前10時～正午、9日(水)・29日(火)午後6時～午後8時
プチ講習(8月)
▷とき=4日(金)(筋トレ)、18日(金)(スモールボール)、25日(金)(ストレッチボール) 午前10時～10時半 ▷料金=200円/回
体育施設の貸し出し抽選日(9月分)
▷とき=8月22日(火)午後7時
共通
▷ところ=まきがね公園体育館
□・問 まきがね公園体育館(市体育連盟) ☎ 25-6478 (月曜日休館)

卓球教室
□とき 8月23日～10月25日(毎週水曜日) 午後7時半～9時(全10回)
□ところ まきがね公園体育館
□対象 中学生以上
□定員 20人(先着順)
▲楽しい卓球教室

バドミントン教室
□とき 8月24日～10月26日(毎週木曜日) 午後7時半～9時(全10回)
□ところ まきがね公園体育館
□対象 市内在住の初心者か初級者
□定員 20人程度
□料金 3000円
※教室初日の受け付け時に支払ってください
□講師 市バドミントン協会指導員
□持ち物 ラケット(貸し出し可)、屋内用運動靴、タオル、飲み物
□受け付け開始 7月27日(水)午前9時
共通
□申し込み方法 直接か電話で申し込む。
□・問 市体育連盟 ☎ 25-6478 (月曜日休館)

案内

オンラインスケートを無料開放

夕方の涼しい時間にオンラインスケートの滑走を無料にする、夕涼みイベントを開催します。夏休みの楽しい思い出作りに、ぜひお越しください。
□とき 8月11日(金)～13日(日)午後5時～8時半
□ところ 恵那スケート場
オンラインスケート教室
□とき 8月12日(土)午後6時半～7時半
※料金は無料です。午後6時から受け付け開始
□その他 貸し靴代500円が別途必要です。
□ 恵那スケート場 ☎ 28-3390 (月曜日休館)



各教室の受講生を募集

らっぽ(楽歩)の各教室の受講生を募集します。
体リフレッシュヨガ教室
□とき 8月1日～9月26日(9月5日、19日を除く毎週火曜日) 午後1時半～3時、9月7日(水)、21日(水)午前10時半～正午(全9回)
□定員 16人
□料金 4500円
□講師 鶴飼千代さん
□持ち物 5本指靴下、タオル、飲み物

簡単エアロビ教室
□とき 8月2日～9月27日(8月16日を除く毎週水曜日) 午後7時～7時40分(全8回)
□定員 15人
□料金 4000円
□講師 笹木美穂さん
□持ち物 屋内用運動靴、タオル、飲み物

水中運動教室(夜)
□とき 8月3日、24日、9月14日、28日(毎週木曜日) 午後7時40分～8時10分(全4回)
□定員 25人
□料金 無料
□講師 施設職員
□持ち物 水着、水泳帽子

筋力トレーニング
日常生活の中でできる簡単な柔軟運動です。楽しく運動

総合型地域スポーツクラブ
えな花の木スポーツクラブ水泳教室
□とき 7月29日(土)午前9時

アクアビクス教室
□とき 8月2日～9月27日(8月16日を除く毎週水曜日) 午後7時50分～8時40分(全8回)
□定員 20人
□料金 4000円
□講師 笹木美穂さん
□持ち物 水着、水泳帽子

水中運動教室(水曜日昼)
□とき 8月2日～9月27日(8月16日を除く毎週水曜日) 午後1時半～2時(全7回)
□定員 25人
□料金 無料
□講師 施設職員
□持ち物 水着、水泳帽子



▲みんなで楽しく運動をする
□・問 市体育連盟 ☎ 25-6478 (月曜日休館)



案内

こぎつねの森の催し

ミサンガ作り

カラフルな糸で編んでいく
ブレスレットを作ります。夏
休み中の小学生のお子さんも
一緒に楽しめます。

□とき 8月7日(月)午前10時
～11時半

ちびっこファーマー収穫祭

いろいろな種類の野菜がた
くさん収穫され始めました。
取れたての野菜でピザトース
トを作りましょう。

□とき 8月23日(水)午前10時
～午後0時半

お父さん集まれ!

水遊びとおしゃべり会を開
催します。

□とき 8月5日(日)午前10時
～11時

子ども元気プラザ子育 て支援センターの催し

お父さん集まれ!

水遊びとおしゃべり会を開
催します。

□とき 8月5日(日)午前10時
～11時

子ども元気プラザ

□内容 ライオン広場で水遊
びを楽しんだ後、お父さん同
士、気軽におしゃべりを楽し
みます。

□持ち物 飲み物、タオル、
水遊びパンツか水着、ぬれて
も良い帽子、ビニール袋、着
替えなど

※お父さんもぬれて良い服装
で参加

□その他 申し込みは不要。

□その他 申し込みは不要。
□子ども元気プラザ 25
～1155

パネルシアター鑑賞会

明智子育て支援センターで
ランプさんによるパネルシア
ターを鑑賞します。親子で楽
しい時間を過ごしませんか。

□とき 8月29日(火)午前10
時～11時

□ところ 明智子ども園

□対象 市内在住か在勤の未
就園児の親子

□ところ こぎつねの森(岩
村町)

乳幼児のための口腔ケ ア講座

これから生えてくる子ども
の歯について、「あいうべ体
操」や鼻呼吸の大切さなどを
話します。この機会に口腔ケ
アの大切さについて理解を深
めませんか。

□とき 8月17日(水)午前10時
～11時半

子ども元気プラザ

□対象 市内在住か通勤の0
歳から3歳までの未就園児の
親子

講師

ははっ子クラブ代表
中村ゆかりさん(歯科衛生士、
一般社団法人県歯科衛生士会
会員)

その他

申し込みは不要で
す。託児はありません。
□NPO法人みんなどで子
育てドロップス 22
9710(月)～金曜日午前9
時～午後5時

子育て支援センター開館日 8月の予定 (祝日休館)

名称	開館日	連絡先
子ども元気プラザ	月曜日午前9時～正午 火～土曜日午前9時～午後6時(子育て支援センターは火～金 曜日午前10時半～11時) ※親子で来場ください	☎ 25-1155 (子ども元気プラザ)
やまびこ子育て支援センター (やまびこ子ども園内)	毎週水曜日午前9時～正午(0歳～未就園児) ※16日は休館	
武並子育て支援センター (武並子ども園内)	毎週火曜日午前9時～正午(0歳～未就園児) ※15日は休館	
中野方子育て支援センター (中野方子ども園内)	毎週月曜日午前9時～正午(0歳～未就園児) ※14日は休館	
岩村子育て支援センター (岩村子ども園内)	毎週木曜日午前9時～正午(0歳～未就園児)	
山岡子育て支援センター (山岡子ども園内)	月～金曜日午前9時～午後3時 毎週火曜日午前9時～正午(2歳児) 毎週金曜日午前9時～正午(1歳児) 第1・2水曜日午前9時～正午(0歳児) 第3水曜日午前9時～正午(0歳～2歳児) ※第2・4木曜日午前9時～正午は相談日	☎ 56-2255 (山岡子ども園)
明智子育て支援センター	明智(明智子ども園内)…毎週火曜日午前9時～正午 吉田(旧吉田子ども園内)…毎週月・木曜日午前9時～正午 申原(申原子ども園内)…第1・3水曜日午前9時～正午 ※いずれも0歳～未就園児	☎ 54-2030 (明智子ども園)
上矢作子育て支援センター (上矢作子ども園内)	毎週火・金曜日午前9時～正午(0歳～未就園児)	☎ 48-3111 (上矢作子ども園)

□講師 ランプさん
□受け付け開始 7月31日(月)
□その他 申し込みが必要。
□明智子育て支援セン
ター 54-2030(月)
火、木曜日午前9時～正午



募集

えな「たべる」プロジェクト 食農交流会参加者

市では、地元飲食店による
地元農産物の積極的利用を推
進するため、飲食店と生産者
による交流会を開催します。
地元食材の利用を検討され
ている料理人の方、自らの農
作物を飲食店に宣伝したいと
考えている生産者の方は、互
いのつながりをつくるために
交流会に参加しませんか。

□とき 8月30日(水)午後1時
～4時

子ども・子育て会議の 委員

市では「子ども・子育て支
援事業計画」と「次世代育成
支援行動計画」の着実な推進
を図っており、子育て中の市
民の皆さんの意見を取り入れ
るため、子ども・子育て会
議委員を募集します。

□対象 次における条件に全
て当てはまる方 ①市内に在
住する中学生以下の子どもを
持つ保護者 ②市の子育て支援
の取り組みについて関心があ
る方 ③会議に出席できる方
※年3回程度、平日の夜間に
開催します。会議出席にあた
り、保育が必要となる方につ
いては託児対応をしますので
相談ください

□定員 2人程度
□任期 任命日から平成31年
3月31日まで
□締め切り 7月31日(月)必着
□申し込み方法 「子ども・
子育て会議委員」応募する理
由・動機をA4サイズの任
意用紙に600字以内にと
り、所定の応募申込書とも
に、子育て支援課へ直接持参
するか、郵送または電子メ
ールで申し込む。

□締め切り 8月10日(水)
□農政課(内線369)

※応募申込書は、子育て支援
課窓口にまたは市ウェブサイ
ト(<http://www.city.ena.jp>)から入手できます。
提出書類は返却しません
□問い合わせ 509-7292
(住所不要)子育て支援課(西
庁舎2階、内線268) ☎
kosodate@city.ena.jp

短大・高卒程度の県職 員(地域採用区分)

県人事委員会では、短大・
高校卒業程度試験(事務・土木)
で、地域の実情に精通し、地
域の将来を担うことのできる
人材の確保を目的に、勤務地
を限定(東濃または飛騨)し
た採用試験を行います。

□対象 平成8年4月2日
～平成12年4月1日の間に生ま
れた方
□定員 事務 25人程度
▽土木 若干人

□募集期間 7月24日(月)～8
月15日(火)(消印有効)

□1次試験 7月24日(月)～9月24
日(日)▽ところ 岐阜市、多
治見市、高山市

□問い合わせ 500-8570
岐阜市数田南2-1-1(県
庁5階)県人事委員会事務局

☎ 058-272-8796