

介護予防筋力トレーニング

体力が衰えたり、転びやすくなった
りしていませんか。専門家の指導のも
と、安心して温水プールや介護予防用
のマシンでからだを動かしましょう。

プールトレーニング

▼とき 8月3日(金)～11月2日(金)の毎
週火・金曜(全26回)

▼定員 午前・午後の部各10人

＜マシントレーニング＞

▼とき 8月2日(休)～11月12日(月)の毎
週月・木曜(全26回)

▼定員 午前・午後の部各8人

＜共通事項＞

実施時間

・午前の部 9時30分～11時
・午後の部 2時30分～4時

▼ところ 市シニアセンター

▼対象 65歳以上で介護保険認定を受
けておらず、総合事業(生活支援・
介護予防サービス)の対象者でない
市民

▼参加費 1回300円

▼申込期限 6月29日(金)

▼申し込み・問い合わせ

○市シニアセンター ☎(73)2210



大切な人を失ったあなたへ

大切な人を失った遺族が集い、気持
ちを分かち合い、新たな人生の一步を
踏み出すための会を開催します。

▼とき

・分かち合いの会 in 那須(遺族会)

6月9日(土) 午後2時～4時

・りんどう(自死遺族部会)

6月9日(土) 午後1時30分～3時30分

▼ところ 那須看護専門学校

▼持ち物 故人の思い出の品物や写真

▼会費 200円

▼申し込み・問い合わせ

○分かち合いの会 in 那須(仲山) ☎0800(9541)4918

子育て

誰もがきき取りセミナー 「祖父母世代の孫育て」

「みんな育ててる子ども」の未来
子育てには、母親・父親はもちろん、
祖父母、地域の人たちのサポートが必
要です。孫育て中の人、孫育てに興味
のある人向けのセミナーを開催しま
す。

「だっこの仕方は?」「離乳食の進め
方は?」「一緒にどうやって遊ばしい
の?」。セミナーを通して、今と昔の

福祉

「戦没者遺族の方へ」 慰霊巡拝の参加者募集

国では、次の地域での巡拝を予定し
ています。日程や費用などの詳細は問
い合わせてください。

▼ところ

①北ボルネオ②ビスマーク諸島③硫
黄島④ミャンマー⑤パラオ諸島⑥
フィリピン

▼対象 戦没者の配偶者、父母、子、兄
弟姉妹、参加遺族の配偶者、孫ほか

▼申し込み・問い合わせ

○県高齢対策課

☎028(623)3054

県シルバー大学校 第40期生を募集します

▼とき 10月～平成32年9月(おおむね
週1回、2年間)午前10時～午後3時

▼対象 60歳以上の人

▼授業料 年額2万550円

※その他、授業教材費、クラブ活動費、
交通費などの自己負担あり。

▼申込期間 6月1日(金)～30日(土)

＜学校説明会＞

授業内容などの説明会です。入学希
望校の説明会に参加してください。

・中央校(宇都宮市駒生町3337・1)
6月4日(月) 午前10時～正午

☎028(643)3390

・北校(矢板市矢板54)

6月7日(木) 午前10時～正午

☎0287(43)9010

▼申し込み・問い合わせ

○県高齢福祉課 ☎(62)7137

市民大学講座

「傾聴ボランティア養成講座」

市内福祉施設で高齢者の話を聴く
「傾聴ボランティア」を養成するため、
傾聴の知識を演習や実習(施設訪問)を
通じて学ぶ講座です。

▼とき 6月27日～7月25日の毎週水
曜(全5回)午後1時30分～4時30分

▼ところ 三島公民館

▼対象 市民

▼参加費 無料

▼定員 20人

▼講師 渡邊純子氏(傾聴ハピネス代表)

▼申込方法 窓口か電話で申し込み

▼申込期限 6月15日(金)

▼その他 修了生はなるべくボラン
ティアグループに加入してください

▼申し込み・問い合わせ

○三島公民館 ☎(36)8531

願います。

▼申し込み・問い合わせ

○青少年センター(国生涯学習課内) ☎(37)5925

児童手当現況届の提出を 忘れずに

児童手当を受給している人は、児童
の養育状況などを確認するために、現
況届の提出が必要です。

対象者には6月上旬に案内を送付し
ます。詳細は案内通知または市のホー
ムページを確認してください。

※この届出をしないと、手当が受けら
れません。

とき	ところ
6月10日(日)	西子育て支援課
6月11日(月)～13日(水)	西201会議室
6月17日(日)	本市民室
6月18日(月)～19日(火)	本101会議室

※午前9時～午後4時30分。
※住所に関わらず、どの会場でも手続きが
できます。

▼必要なもの 印かん、保険証ほか

▼申し込み・問い合わせ

○西子育て支援課 ☎(46)5533

○子育て支援課 ☎(62)7042

広告

お葬式が 35万円

ぼくのおばあちゃんにあげたお葬式
なすの斎場グループ
家族葬専用式場
つむぎ
【開催場所】
家族葬専用式場
つむぎ黒磯

【見学相談】AM10:00～PM4:00
★どちらの病院・施設にもお迎え参ります。
★館内にご安置スペースがございます。

24時間
365日 ☎0120-33-8871

家族葬と散骨の勉強会

- 第一講座「家族葬の基礎」AM10:00-AM10:30
- 第二講座「家族葬の費用」AM10:40-AM11:10
- 第三講座「樹木葬と散骨」AM11:20-AM11:50

託児ボランティア養成講座

子育て中の方が、講座や研修会など
に参加しやすい環境をつくるため、一
時的に子どもを預かり、世話をする託
児ボランティア養成講座を開催しま
す。子どもが好きな人やボランティア
活動に興味のある人など、ぜひ参加し
てください。

▼内容・とき(全3回)

①託児講座・実技

6月26日(火) 午前10時～正午

②救急法講習・発達障害児の託児支援
講座

7月2日(月) 午前9時～正午

③託児ボランティア体験

7月4日(水) 午前10時～正午

▼ところ

①②いきいきふれあいセンター

③東那須野公民館

▼対象 市民

▼参加費 無料

▼定員 20人程度

▼申込期間 6月1日(金)～15日(金)

※定員になり次第締め切り。

▼申し込み・問い合わせ

○市社会福祉協議会ボランティアセン
ター ☎(73)0073



☎…本庁舎(共聖社108-2)
☎…西那須野庁舎(あたご町2-3)
☎…塩原庁舎(塩原1-2)

※市内は、市外局番 0287 を省略した表記にしています。