

※申込方法が「はがき（往復はがき・FAX）で申し込み」とあるものは、郵便番号、住所、氏名（保護者含む）、年齢（学年）、電話番号、生年月日、性別、コース別の場合は希望コース名を明記のうえ、郵送してください。

## ちとせっこ子育て塾

### ●母親のためのピラティス Part 1

内容・姿勢をよくしてストレスを解消  
対象・就学前の乳幼児を持つ母親  
とき・6月7日(月)10時～11時  
定員・20人(抽選) 申込日・5月24、25日  
※保育あり(要事前予約)

### ●ベビーマッサージ Part 2

内容・お子さんに行うマッサージ  
対象・生後2週～8か月までの乳児と母親  
とき・6月22日(火)10時～11時  
定員・16組(抽選) 申込日・6月8、9日

#### 【共通事項】

参加料・無料

会場・申込先・詳細 ちとせっここどもセンター ☎(40)1717・(40)1727 (9時～17時30分)  
※初めての方を優先して受け付けます。

## 男女共同参画月間事業講演会

内容・講演「品格ある社会の男性と女性一力強く、そしてやさしく」  
講師・坂東 真理子 氏  
(昭和女子大学学長)

とき・6月20日(日)14時～15時30分  
ところ・市民文化センター中ホール  
受講料・無料(入場整理券配布)  
定員・400人

託児・1歳～就学前の幼児(無料)  
(6月10日(木)まで申し込み)

申込先・詳細 男女共同参画推進課  
☎(24)0551

## 花と緑の講演会(無料)

### ●北国のガーデニング

講師・不破 規智 氏(雪印種苗(株)園芸作物研究グループリーダー)  
とき・6月20日(日)13時30分～15時30分  
ところ・総合福祉センター402号  
申込期間・5月10日～6月18日  
定員・50人

申込先・詳細 (財)千歳市公園緑化協会  
☎(22)1117

## 介護予防教室「いきいきクラブ」

内容・週1回運動や脳を鍛えるゲームなど

対象・65歳以上の方  
日程・5月～平成23年3月までの火曜日か金曜日(10時30分～11時30分)  
※35～40回開催予定。

会場・申込先・詳細 やまとの里在宅介護支援センター ☎(27)7503

## ファミリー・サポート・センター 保育サービス講習会

内容・保育士、栄養士、保健師などを講師に迎えたファミリーサポートセンターの保育サービス提供会員養成講座

対象・市内に住む20歳以上の方  
とき・6月1、2、9日(9時～12時15分)  
6月3日(10時～12時)  
6月8日(9時30分～12時15分)

定員・30人(申込順) 受講料・無料  
申込期限・5月25日(火)

会場・申込先・詳細 ファミリー・サポート・センター ☎(22)8522

## すこやかトレーニング教室

内容・理学療法士による高齢者の介護予防に役立つ体操

とき・6月9、16、23、30日  
(10時～11時30分)

ところ・北桜コミュニティセンター  
定員・20人(申込順)

申込期間・5月24日～6月4日

申込先・詳細 高齢者支援課  
☎(24)0294

## 音訳・校正ボランティア 養成講習会

内容・視覚障がい者のための録音図書づくりボランティアの養成

対象・講習会終了後「千歳音訳友の会」に入会して活動できる市内に住む18歳以上の方

とき・6月9日～10月20日(全20回)  
毎週水曜日 18時～20時

ところ・総合福祉センター310号  
受講料・1,060円 定員・10人  
申込期限・5月31日(月)

申込先・詳細 千歳市点字図書室  
☎(27)3921

## 上級救命講習会

内容・心肺蘇生法(成人、小児、乳児)の実技、自動体外式除細動器(AED)の使用法、応急手当など

対象・市内に住むまたは通勤する中学生以上の方

とき・6月20日(日) 9時～18時

ところ・防災学習交流センター「そなえる」(北信濃631-11)

受講料・無料 定員・10人(申込順)  
申込先・詳細 消防署救急指令課  
☎(23)3062 内線352

## 市民病院の「市民健康講座」

内容・講演「食育からアンチエイジングまで」  
講師・酒井 類(栄養管理科係長)  
とき・5月22日(土)13時～

ところ・市民病院 2階講義室

詳細 市民病院地域医療連携課

☎(24)3000 内線138

## 食物アレルギーを持つ子の 学校給食とのつき合い方相談会(無料)

対象・新一年生、または今後入学予定のアレルギー児の保護者の方で学校給食に不安をお持ちの方  
とき・5月24日(月)、6月25日(金)  
(10時～11時)

ところ・総合福祉センター3階

申込先・詳細 アレルギー対応給食を考える会 広重 ☎090(9752)6122

## すこやか子育て講座

### ●今がその時! 幼児期に大切なこと

講師・佐藤 明美 氏(幼児教育アドバイザー)  
とき・5月26日(水)10時～11時30分  
申込開始・5月11日(火)

### ●幼児期の反抗期ののりこえ方

講師・市川 啓子 氏(臨床心理士)  
とき・6月9日(水)10時～11時30分  
申込開始・5月27日(木)

### ●幼児期の集団生活 園長先生のみまもり術

講師・小田 進一 氏(北海道文教大学短期大学部附属幼稚園園長)  
とき・6月23日(水)10時～11時30分  
申込開始・6月10日(木)

#### 【共通事項】

ところ・市民文化センター3階視聴覚室  
受講料・400円 定員・20人(申込順)  
保育・2歳以上は別室。2歳未満は同室でお世話。

申込先・詳細 生涯学習課 ☎(24)0848

## 職業技術専門校の パソコン講習会

内容・ワード2級・表計算2級検定コース  
対象・パソコン操作が可能な方

日程・5月31日～6月24日  
(土・日・6月21日除く)

ワード2級 10時～12時  
表計算2級 13時～15時

検定日・6月25日(金)

受講料・各25,000円 検定料・各6,400円  
定員・各コース10人(申込順)

申込開始・5月17日(月) 9時～

会場・申込先・詳細 千歳職業技術専門校(真々地2丁目) ☎(22)2969