

※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。

## ちとせっこセンター からのお知らせ

### ●ちとせっこ子育て塾「マタニティヨガ」

内 容・妊娠中の方の心と体を安定させるヨガ

対 象・妊娠13週～37週の方

と き・3月12日(月) 10時～11時

定 員・15人(抽選)

申込日・2月13、14日

### ●ちとせっこ支援ボランティア募集

内 容・子どもが遊び布遊具づくり  
※つくった遊具はちとせっこセンターで利用します。

対 象・15歳以上の方

と き・3月6日(火)

13時30分～15時30分

#### 【共通事項】

受講料・無料

会場・申込先・詳細 ちとせっこセンター

☎(40)1717 (9時～17時30分)

※抽選では初めての方を優先します。

## 消防署の救命講習会

### ●普通救命講習会

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

と き・3月17日(土)

9時30分～12時30分

定 員・30人(申込順)

### ●上級救命講習会

内 容・心肺蘇生法(乳幼児～成人)の実技、自動体外式除細動器(AED)の使用法、応急手当など

と き・3月18日(日) 9時～18時

定 員・10人(申込順)

#### 【共通事項】

対 象・市内に住むまたは通勤する中学生以上の方

と ころ・防災学習交流施設「そなえーる」

受講料・無料

申込先・詳細 消防署救急指令課

☎(23)3062 内線351



## パソコン講習会

### ●基礎講座「デジカメ写真加工(ジャストホーム)」

と き・3月7、8日

(9時30分～12時)

受講料・2,500円

定 員・18人(申込順)

### ●活用講座「オークションを楽しもう」

と き・3月10日(土)

13時～15時30分

受講料・1,300円(中学生以下500円)

定 員・22人(申込順)

#### 【共通事項】

と ころ・市民ギャラリー 4階

申込方法・はがき、電話、FAX、Eメールのいずれかで申し込み

申込先・詳細 〒066-8686 東雲町2-34  
千歳市教育委員会生涯学習課

☎(24)0848 FAX(27)3770

Ex-ℓ shogaigakushu@city.chitose.hokkaido.jp

## コンピュータサービス技能 評価試験

部門	級	と き
		3月16日(金)
ワープロ	1	10時～11時30分
	2	10時30分～11時30分
	3	10時30分～11時20分
表計算	1	13時30分～14時30分
	2	13時30分～14時30分
	3	13時30分～14時20分

試験内容・実技試験

※ワープロ1級は筆記試験もあり。

受験料・1級 各7,600円

2級 各6,400円

3級 各5,100円(申込時納入)

申込日・2月29日、3月1日

※申込時に身分証明書の提示が必要。代理の方が申込のときは、受験者の身分証明書の写しを提出。

※パソコンは職業技術専門校で準備(持込み不可)。

説明会・2月29日(水)10時～、13時～

練習日・3月9、12、13、14、15日

(ワープロ部門9時～12時、

表計算部門13時～15時)

※学校を開放し、試験で使用するパソコンを無料で貸し出します。

会場・申込先・詳細 千歳職業技術専門校(真々地2丁目) ☎(22)2969

## 地域包括支援センター 「きずな」からのお知らせ

### ①認知症サポーターになりませんか

内 容・誰にでも起こりうる脳の病気、認知症を正しく理解する

対 象・介護をしている家族の方など

と き・2月24日(金)

18時30分～20時

と ころ・新富ほっとす

申込方法・2月21日(火)までに電話かFAXで申し込み

### ②お口の健康教室

内 容・講話「おせ、飲み込みづらさ、固いものがかめないなど口の手入れ方法」と実習

講 師・瀧川 裕子 氏(歯科衛生士)

と き	と ころ
3月7日(水)10時～11時30分	富丘コミセン
3月9日(金)10時～11時30分	総合福祉センター
3月11日(日)10時～11時30分	鉄東コミセン

定 員・30人(申込順)

### ③なんでも健康相談(予約不要)

内 容・高齢者対象の健康・介護の相談

と き	と ころ
3月1日(木)10時～11時30分	鉄東コミセン
3月1日(木)13時30分～15時	泉沢向陽台コミセン
3月2日(金)13時30分～15時	中心街コミセン
3月6日(火)13時30分～15時	北桜コミセン
3月7日(水)13時30分～15時	富丘コミセン

### ④高齢者虐待防止講演会

内 容・身近に潜む権利侵害～高齢者虐待防止への理解を深める

講 師・大内 高雄 氏(北海道高齢者虐待防止推進委員会副委員長)

と き・3月8日(木) 10時～12時

と ころ・総合福祉センター402号

定 員・200人(申込順)

### ⑤成年後見制度講演会

内 容・認知症などで判断力が低下したときに、財産の管理などを支援する制度

講 師・佐藤 貴史 氏(司法書士)

と き・3月10日(土) 10時～12時

と ころ・総合福祉センター402号

定 員・50人(申込順)

#### 【共通事項】

受講料・無料(①はテキスト代100円)

申込先・詳細 千歳市地域包括支援センター「きずな」 ☎(42)3131

FAX(42)3146