

いきいき百歳体操

サポーター養成講座

日時 5月17日(月)、24日(月)、31日(月) 13時～15時30分

※3日間すべてご参加ください。

場所 保健センター

内容 講座Ⅱ介護を予防するための知識、各体操の効果、実技Ⅱいきいき百歳体操、かみかみ百歳体操、体力測定の方法

対象 介護予防や健康づくりについて学びたい方、いきいき百歳体操をサポートするボランティア活動に関心のある方

定員 10人

申込期限 4月23日(金)

申込方法 介護福祉課へ電話でお申し込みください。

※当活動は社会福祉協議会で実施している「支えあい・いきいきポイント事業」の支えあいポイントの対象です。

関 介護福祉課Tel 28—8045

市立病院のお仕事見学会

◆看護助手のお仕事体験・見学会

「どんな仕事をするのかわからないから働くのが不安」「働く機会が欲しい」などという方にお仕事体験・見学会を開催します。日時 4月22日(木)、5月27日(木) 9時～12時30分

対象 介護福祉士の資格をお持ちの方、看護助手として就業をお考えの方(資格不要)

◆看護師のための「職場体験・見学会」

市立病院や市内で看護師として働きたいと考えている方を対象に、職場体験・見学会を通して就業支援をします。「最近の医療・看護の現場を知りたい」「就業に向けて不安がある」「復職を考える機会が欲しい」など、要望に沿った支援を行います。

日時 4月23日(金)、5月28日(金) 9時～12時30分

【共通事項】

場所 市立病院

申込方法 電話でお申し込みください。

※記載以外の時間をご希望の場合はご相談ください。

関 市立病院Tel 22—4311

スポーツ

屋外スポーツ施設オープン

施設名 滝の川運動公園、北電公園球場、空知川パークゴルフ場、コスモスパークゴルフ場(江部乙)、空知川サッカー場、石狩川野球場

オープン日 4月29日(木)

※融雪などの状況により変更する場合があります。各施設の利

用については、お問い合わせください。

関 滝川市スポーツ協会Tel 23—4617

第一期元氣アップ教室

いろいろな運動や遊びを通じ、スポーツを行ううえでの土台づくりを楽しく学びます。

日程	コース	対象(誕生日・学年)	定員
4月28日から全10回(隔週水曜日)	6歳 1年生	H27年4月2日～ H28年4月1日生 小学1年生	12人 15人
5月12日から全10回(隔週水曜日)	4歳	H29年4月2日～ H30年4月1日生	10人
5月13日から全10回(隔週木曜日)	5歳 2年生	H28年4月2日～ H29年4月1日生 小学2年生	12人 15人

場所 滝川市スポーツセンター第1体育館

受講料 会員5、000円、会員外6、000円

※2回分割払い可。

申込開始 4月14日(木) 9時

申込方法 受講料を持参のうえ、窓口にて直接お申し込みください(火～土曜日9時～17時/祝日除く)。

関 滝川市スポーツ協会Tel 23—4617

生活

飼い犬の届け出

次に該当するときは狂犬病予防法などによる手続きが義務付けられています。

①犬の登録申請

室内犬を含む生後90日以上の子犬を飼った場合、生涯1回の登録が必要です。登録手数料は1頭当たり3、000円。市内の動物病院でも登録を受け付けます。鑑札と注射済票は必ず犬に付けてください。

②犬の登録事項変更届 住所や飼い主が変更になったとき。

③犬の死亡届 登録した犬が死亡したとき。

④犬の登録削除願 登録した犬が行方不明になったとき。

●犬のふん尿の後始末

ふんの始末は飼い主の責任です。必ず持ち帰りましょう。自宅敷地の決まった場所で排せつするようしつけることも大切です。ふん尿の放置は、見た目・におい・衛生面で問題となり、土地の所有者や地域住民に多大な迷惑をかけることになります。

●野犬掃とうを行います

滝川市畜犬取締り及び野犬掃とう条例により、野犬掃とうを行います。

健康運動教室(ストレッチポール・楽しくストレッチ・シニア元気体操)

ストレッチポール・ストレッチーズ(伸縮性のある特殊な布)・バランスボールなどを利用し、肩こり・腰痛予防、姿勢改善やウエストの引き締め、骨盤底筋のトレーニング、転倒予防、脳トレを含めたゲームなどを楽しく行う教室です。

コース	日程	時間
①ストレッチポール	4月2日(金) 9日(金) 16日(金) 23日(金) 30日(金)	10時30分～11時10分
②ストレッチポール 自重トレーニング	4月3日(土) 24日(土)	10時30分～11時30分
③楽しくストレッチーズ	4月17日(土) 21日(木) 28日(木)	
④シニア元気体操	4月8日(木) 20日(火)	

場所 滝川市スポーツセンター第1体育館 会議室

対象 ①～③18歳以上 ④60歳以上

定員 各回10人

受講料 ①300円 ②～④500円

※受講料は当日に徴収します。申込方法 開催日前日までに、

有料広告

広告

有料広告

広告