

講座・教室

市では、市内の学校と連携して講座を開催しています。今回は、穂高商業高校と明科高校の学校開放講座を紹介いたします。

生涯学習課社会教育担当

☎71・2466 ID79289

穂高商業高校学校開放講座

スマホでYouTube

YouTubeの概要やスマートフォンでの活用方法を学びます。

☎7月24日(土)・31日(土) 午前9時～正午【全2回】

場同校学習室 関熊坂義人さん 費無料 定10人(抽選) 関スマートフォン

申込期間

7月1日(木)～14日(水)

初歩から学ぶ日商簿記3級

日商簿記検定3級受験に必要な知識と技能を学びます。

☎8月28日～10月9日までの毎週土曜日【全7回】

午前9時～正午 場同校簿記室 関全日程に参加できる人 関川上志志さん 費1980円(教材費)

定21人(先着順) 特筆用具、電卓 申込期間 7月1日(木)～29日(木)

Excel中級

Excelで実務に使える関数や便利な機能を学びます。

☎9月4日(土)・11日(土)・18日(土)【全3回】

午前9時30分～11時30分 場同校第3パソコン室 関丸山末広さん 費無料 定15人(抽選)

申込期間 7月1日(木)～30日(金)



Scratchでゲームを作ろう!

Scratchを使ってパズル感覚で楽しくプログラミングを学びます。

☎9月4日(土)・11日(土) 午前10時～正午【全2回】

場同校総合実践室 関小中学生(保護者同伴可) 関尾澤杏奈さん 費無料 定20人(先着順) 特筆用具

申込期間

7月1日(木)～30日(金) 他講座で自身のメールアドレスを使ってScratchのIDを取得します。

正しいグラフの読み取り方

数学的な視点でさまざまなグラフの読み取り方を学びます。

☎8月28日(土) 午後1時～3時

場同校学習室 関新井信之さん 費無料 定30人(先着順) 申込期間 7月1日(木)～30日(金)

【共通事項】 申込期間内に穂高商業高校へ原則電子メールまたはフ

ックスで ☎82・2162 ☎81・1066 ☎susue@m.nagano-c.ed.jp

明科高等学校学校開放講座

バスケットの楽しさを知ろう!

明科高校の生徒と一緒にバスケットを楽しみます。

☎7月～10月の第1月曜日【全4回】午後5時～7時(8月は午前11時～午後1時)

場同校大体育館 関若沼拓哉さん、佐藤究さん 費無料

ボールパークで楽しもう

大人も子どもも楽しめるベースボール型スポーツを体験します。

☎7月1日、9月2日、10月14日・21日・28日【全5回】

いずれも木曜日 午後5時～6時30分

場同校グラウンド 関関島資浩さん、松下聖軌さん 費無料

他雨天時は屋内で打撃や守備の練習をします。

【共通事項】 サッカーは好きですか? 明科高校の生徒と一緒にサッカーを楽しみます。

☎7月～10月の第1火曜日【全4回】午後5時～7時(8月は午前11時～午後1時)

場同校グラウンド 関関原勇輝さん、石田剛之さん、中島浩明さん 費無料

他雨天時は体幹トレーニングを行います。

【共通事項】 6月17日(木)から各開催日の一週間前までに明科高校へ電話・ファクス・電子メールのいずれかの方法で ☎62・4388 ☎81・2021 ☎yunohara@m.nagano-c.ed.jp

夏休み子ども体験ラボ

ベーゴマ回しに挑戦!

☎7月27日(火) 午前9時30分～11時30分

場豊科交流学習センター「きぼう」 関中野浩幸さん 費350円

ミニたみを作ろう!

☎7月29日(木) 午前9時30分～11時30分

場豊科交流学習センター「きぼう」 関堀内秀一郎さん 費500円

日本舞踊を踊ってみよう!

☎8月4日(水) 午前9時30分～11時30分

場三郷公民館 関二木君子さん 費無料

手作りのマスコットに挑戦!

☎8月6日(金) 午前9時30分～11時30分

場豊科交流学習センター「きぼう」 関生涯学習課職員 費無料

【共通事項】 市内小学生 定10人(抽選) 申7月5日(月)から8日(木)に電話で

場生涯学習課社会教育担当 ☎71・2466 ID55923

一般介護予防教室(下表)

介護予防教室を開催します。ご自身の介護予防に役立ててください。

【全教室共通事項】

☎おおむね65歳以上の市内在住者(関節疾患のある人は要相談。医師から運動制限の指示がある人は参加できません) 費無料

申6月21日(月)から25日(金)に介護保険課へ直接または電話で

他申し込み多数の場合は抽選で決定します。 介護保険課介護予防担当 ☎71・2474 ID75346

サマージャンボ宝くじ

市町村振興宝くじ「サマージャンボ宝くじ」が発売されます。この宝くじの収益金は、市町村の明るく住みよいまちづくりに使われます。収益金は、販売実績により配分されますので、ぜひ県内の宝くじ売場でお買い求めください。

【発売日】7月13日(火)～8月13日(金)
【抽せん日】8月25日(水)
【価格】1枚300円
関政策経営課企画担当 ☎71・2401



◇お詫びと訂正◇

広報あづみの332号(5月19日発行)12頁、軽自動車税・自動車税の納期に関する記事
【誤】軽自動車税(特別割)
【正】軽自動車税(種別割)
お詫びして訂正いたします。

教室名	内容	日時	場所	定員	その他
拠点介護予防教室 エンジョイシニア! 実践おたっしや塾 (豊科会場)	体操や講話を通じて、年齢を重ねても、心身ともに元気で健やかな生活を送るための秘訣を学びます。	7月7日～10月6日 水曜日 午前10時～11時	地域支え合いセンターあんしん	10人	今後、堀金・明科会場も開催予定
足腰らくらく体操教室 (明科会場)	膝痛、腰痛予防に効果的な体操を通して、無理なく足腰を鍛え、体力・筋力アップを目指します。	7月7日～10月27日 水曜日 午後1時30分～2時30分	明科公民館	20人	—
足腰らくらく体操教室 (豊科会場)	膝痛、腰痛予防に効果的な体操を通して、無理なく足腰を鍛え、体力・筋力アップを目指します。	7月13日～10月26日 火曜日 午後1時30分～2時30分	豊科ふれあいホール	20人	冬期も開催予定
認知機能向上教室 はつらつ脳活教室 (穂高会場)	体操や脳が活性化するプログラムを通して、楽しみながら認知症予防を目指します。	7月15日～12月23日 木曜日 午後1時30分～2時30分	穂高健康支援センター	20人	・教室開始前後に認知機能検査を実施します。 ・今後豊科会場も開催予定

道路や公園の不具合箇所をスマートフォンから報告できます

道路の破損箇所や公園遊具などの不具合箇所の情報を投稿いただくスマートフォンアプリ、情報通報システムあづみの(Fix My Street Japan)をご活用ください。

【投稿の手順】

- ①専用アプリをダウンロード。右記2次元バーコードから無料でダウンロードできます。
- ②破損箇所や不具合箇所などの写真を撮影し、破損状況のコメントなどを入力して送信します。
- ③市の担当者が不具合箇所を確認し、補修などの結果を画像やコメントで報告します。市の管理外の道路(国道・県道など)に関する情報をお寄せいただいた場合には、関係機関等に情報提供いたします。投稿内容や市の対応状況などは、どなたでも閲覧することができます。

関【道路】監理課管理登記担当 ☎71・2331 【公園】都市計画課公園緑地係 ☎71・2249



ご存知ですか? NASVAの被害者支援

独立行政法人自動車事故対策機構(NASVA)では、自動車事故被害者を支援しています。

在宅介護への支援

介護を要する後遺障害を負われた人に介護料を支給し、訪問での介護相談を行うとともに、介護料受給者等の交流会を行っています。

交通遺児等への無利子貸付等

中学校卒業までの交通遺児等へ無利子の生活資金貸付のほか、友の会を運営し、もの作り体験、観劇等のレクリエーション活動等を行っています。

NASVA療護施設

自動車事故で脳を損傷し重度意識障害が継続する状態の人に、適切な治療と看護を行う専門の病院を、全国11カ所で開催しています。



NASVAホームページ

NASVA 交通事故被害者ホットライン
Tel.0570・000738
困りごとの内容に応じて無料で相談できる窓口を案内します。