

パソコン講座 「Excel基礎コース」

パソコンソフトExcelの便利な活用方法を学びます。

講NPO法人IT大磯

時11月29日、12月6日、13日、20日
いずれも金曜日10時～正午【全4回】

場生涯学習館

対町在住、在勤の方

定貸出し用パソコン使用5人、パソコンをご持参できる方5人【先着順】

費無料

持筆記用具、上履き

申11月6日(水)から。電話またはメールで氏名、電話番号、パソコン持参の有無をお知らせください。

その他 パソコン持参の方は、Windows8.1以上のOS、Excelがインストールされているパソコンに限定します。詳しくはお問合せください。

パソコンを持参される場合、受講に際して起こる損害については補償できません。ご承知のうえお申込みください。

問生涯学習課 ☎(61)0255

✉kouza@town.oiso.kanagawa.jp

生活習慣病予防食事講座 (ランチ付き)

生活習慣病予防のお話と、バランスの整った食事のランチタイム

時12月5日(木)10時30分～正午

場保健センター研修室

定12人(先着順)

費400円(食材料費) ※調理実習はありません。

持筆記用具

締11月28日(木)

問スポーツ健康課 ☎内線319

大磯コミュニティカレッジ懇話会 トークコンサート in 無罪庵

ピアノ奏法・御木本メソッド、島崎藤村が出会ったシューベルト他

講大石 彩加(御木本メソッド認定講師)、伊藤 かすみ(Vn)、大石 みゆき(Pf)

時12月7日(土)14時30分～16時30分

場無罪庵(大磯943)

対どなたでも(高校生以上)

定30人

費1,000円

問船瀬 ☎(61)8828/090(4720)0753

大石 ✉musikplatz.piano@gmail.com

火事と救急 9月の出動状況

消防車…23件(火災出動0、救助出動0、その他出動23)
救急車…154件(急病116、交通事故5、一般負傷21、その他12)

ガイドさんと行く／大磯！ 秘密のインスタ映えスポット ツアー 【昼食付き撮影会】

ガイドさんだから知っているシャッターポイントを紹介しながら、町歩きを楽しむ体験型ツアーです。

時12月8日(日)9時30分～14時30分

受付 大磯駅南広場 9時15分～9時30分

コース 大磯駅南広場スタート～駅・港周辺～鴨立庵で昼食と講座～明治記念大磯邸園 解散 約5時間、約5km

定15人(先着順)

費3,000円(保険代、入庵料、弁当代他)

持スマートフォン、歩きやすい靴

申ホームページから申込み、人数(2人まで)明記

締11月29日(金)

問NPO法人大磯ガイド協会

☎070(3855)8341(平日9～17時)

<https://www.oisoguide.com>

主催：大磯らしい潤いづくり協議会



転倒及び認知症予防教室

自宅でもできる運動や脳トレ体操で運動機能の向上と認知症予防を行います。介護予防の必要性や取り組みについてご紹介します。

時12月2日(月)～23日(月)

毎週月曜日 全4回

10時～11時30分

約1か月後にフォローアップ教室(2回)を開催します。日程は参加決定後お知らせします。

場福祉センターさざれ石

2階レクリエーション室

対町在住、65歳以上の方(医師から運動を禁止されていない方)

定15人

申11月4日(月)～18日(月) 電話でお申込みください。

※申込者が定員を上回る場合は抽選となります。11月18日以降に決定を通知します。

問福祉課 ☎内線302

里親講座「もっと知ってほしい 里親制度」参加者募集

里親制度・社会的養護(施設養護)・里親体験談

時12月13日(金)10時～正午
(受付9時30分)

場平塚市美術館

対里親活動に関心のある方

定30人

費無料(保育なし)

申11月1日(金)～

問平塚児童相談所 里親担当

☎(73)6888

女性のメンタルヘルスセミナー

女性特有のストレスや子育てなどのストレスの上手な対応方法を学びませんか。

講 孤田 敦子氏(公認心理師)

時12月21日(土)14時～15時

場保健センター2階研修室

対町在住、在勤、在学の女性

定30人程度(先着順)

申11月1日(金)～電話または窓口

問スポーツ健康課 ☎内線310

お年玉袋(ポチ袋)づくり講座

きれいな折り紙を使ってお年玉袋(ポチ袋)を手作ります。

時12月8日(日)

1回目：10時～正午

2回目：13時～15時

場生涯学習館 講習室

対年齢不問。親子参加も歓迎。

定各回15人(要予約)

費100円(材料費) **持**上履き

締11月30日(土)まで

問装飾会(きもの・飾り結び) 田中

☎(73)1468

スクエアステップ無料体験会 お知らせ

記憶力、集中力、注意力の向上に効果のあるスクエアステップを体験してみませんか？

時11月11日(月)、25日(月)10時～11時30分(一回のみの参加も可)

場保健センター運動指導室

対どなたでも

定15人(先着順・申込み不要)

費不要

持運動ができる服装、飲み物

問NPO法人OISO運動支援リーダーの会 川村 ☎(72)5874

気象情報 9月

最高気温 33.9度 最低気温 18.9度
平均気温 26.7度 総雨量 45.5mm