

お知らせアラカルト◀◀

【凡例】 時とき・場所・内容・講師・費用（記載なしは無料）・対象・定員・持ち物・注意事項・申込み（記載なしは不要）・問合せ

認知症予防のためのアロマ&ハーブ講座〜ハーブ石鹸作り〜

ハーブティーを飲みながら、皆さんで認知症予防について語り合います。

時 11月28日(火)午前10時〜正午

場 北上文化プラザ 調理室

講 鈴木淑子さん

(認知症予防専門士)

対 市内在住で認知症予防に関心のある人、介護をしている人など

定 先着20人

申・問 11月10日(金)〜24日(金)の間

に北上地区地域包括支援センター ☎989・6500

錦田地区介護予防教室「消しゴムはんこ年賀ポストカード教室」

とき とこじん

①11月29日(水) グループホームみのり(天神原)

(加茂川町4082・3)

②12月4日(月) 錦田公民館(谷田973・1)

時間 各午前10時〜11時

対 フレイル予防講座、消しゴムはんこ・オリジナル年賀ポストカード作り

対 市内在住の65歳以上の人、または64歳以下で高齢者の支援に協力できる人

定 各日先着6人

持 筆記用具、カッターまたはデ

ザインカッター

申・問 11月10日(金)より

錦田地区地域包括支援センター ☎975・2424

高齢者向けスマホ講習会

基本講座&相談会

基本操作を丁寧に教えます。 ※複数の時間帯での申込み可

■11月29日(水) 北上文化プラザ

(場所：2階 第3研修室)

■12月22日(金) 生涯学習センター

(場所：5階 第4研修室)

時 ▼基本講座：午前9時〜10時、10時15分〜11時15分、午後1時〜2時、2時15分〜3時15分

▼相談会：午後3時30分〜4時30分

■11月30日(木) 錦田公民館 (場所：2階 講堂)

時 基本講座：午後1時〜2時、2時15分〜3時15分、3時30分〜4時30分

基本講座 当日時間帯ごとに希望する内容を1つ選択して受講

①電話・インターネットの使い方 ②アプリのインストールや地図アプリの使い方 ③メールやLINEなどの使い方

相談会 基本講座の詳しい内容や疑問などの相談を受付 ※以前または当日受講した人が対象

対 市内在住の65歳以上

定 各時間帯で先着10人

講 ㈱コサウエル

(専門の講習を受講した講師)

持 スマートフォン

申・問 11月10日(金)よりデジタル

戦略課 ☎971・4322 QR



▲「デジタル活動支援」ロゴマーク

有機農業祭 収穫体験

有機野菜の販売や品評会を行いますので、お気軽にお立ち寄りください。また冬の野菜の収穫体験(要申込み)も実施します。

時 12月3日(日)午前10時〜正午

場 佐野体験農園

冬の野菜の収穫体験 (やつまいも、里芋、大根)

時 午前10時〜11時

費 1組1000円

対 市内在住の人

定 35組

持 タオル、軍手、飲み物、帽子、長靴など

申 11月17日(金)までに電子申請 QR

問 農政課 ☎983・2652

こども寄せ植え講座

時 12月2日(土)午前10時〜正午

場 楽寿園 展示場

内 講話「花を育ててみよう」、寄せ植えづくり「自分の小さなガーデンをつくろう」

寄せ植えづくり「自分の小さなガーデンをつくろう」

講 講義芳浩さん(ふじのくに花の都しずおかアドバイザー)

費 800円(当日集金)

対 市内在住の中学生以下の人

※小学3年生以下は保護者同伴

定 20人 ※応募多数時抽選

持 汚れてもよい服装、作業用手袋

申・問 11月14日(火)までに

みどりと水のまちづくり課 ☎983・2642 QR

正月寄せ植え講習会

時 12月13日(水)

午後1時30分〜3時30分

場 楽寿園内 展示場

内 洋風正月用寄せ植えの作り方と管理方法に関する実習と講義

講 加々見勝八郎さん(加々見園)

費 2500円(当日集金)

対 市内在住・在勤の人

定 24人 ※応募多数時抽選

持 汚れてもよい服装、作業用手袋

申・問 11月20日(月)までに

みどりと水のまちづくり課 ☎983・2642 QR



▲昨年の作品



申込時の【基本事項】 ①事業名②郵便番号・住所③電話番号④参加者全員の氏名(ふりがな)、人数、年齢、⑤返信用あて名(往復はがきの場合)



【電子申請はこちらから】

QRと記載の記事は、このQRコードからオンライン申込みできます。

詳しくは、市ホームページ (<https://www.city.mishima.shizuoka.jp/shinsei.html>)

介護予防運動教室(12月～1月)

ストレッチや筋トレを中心としたさまざまな運動・体力測定・講話を聴くことにより、健康寿命の延伸を目指しましょう。

時 12月6日(令和6年1月10日)

毎週水曜日※1月3日(水)を除く

(計5回)午前10時～11時20分

場 錦田公民館

対 市内在住の65歳以上で運動に支

障がなく通うことができる人

定 先着15人

持 飲み物、タオル、室内履き

申・問 11月15日(水)午前10時より

ダイヤサービスセンターヴィ

ターレ・ソラーレ

☎ 987・0310

問 地域包括ケア推進課

☎ 983・2609

食品ロス削減に向けた料理講座

「食品ロス」を減らすために、食材を無駄なく使用した料理の作り方を覚えましょう。

時 12月5日(火)

午前10時30分～午後1時15分

場 静岡ガス エネリアショー

ルーム 柿田川(駿東郡清水町

玉川61・2 サントムーン柿

田川シネマ棟1階)

内 ふんわり豆腐ハンバーグのお

野菜ソースがけ、バターライ

ス、スूपを作りませす。

講 静岡ガスクッキングスタジオ
スタッフ

対 市内在住の18歳以上の人

定 16人※応募多数時抽選

持 エプロン、筆記用具

申・問 11月15日(水)までに電子申請

またはメールに下の【基本事

項】を記入し、廃棄物対策課

✉ [hairai@city.mishima.shizu](mailto:hairai@city.mishima.shizuoka.jp)

okai.jp ☎ 671・8963

自然科学・環境に関する

調査・研究成果について

ポスター発表者募集

今年の「遺伝学講座みしま」

では、開催時間内に、自然科学

や環境に関する調査研究の発

表・情報共有の場として、新た

にポスターセッションの時間を

設けます。

時 令和6年1月13日(出)

午後2時15分～3時10分

場 市民文化会館 小ホール、ホ

ワイエ

対 市内および近隣市町在住の高

校生以上の人※団体でも可

申・問 12月13日(水)までに市ホー

ムページより電子申請または

メールで①各発表者の氏名

(代表者および共同発表者)・所

属・役職②メールアドレス③発

表タイトルを、(公財)遺伝学

普及会事務局 ✉ [genetics@nig.](mailto:genetics@nig.ac.jp)

ac.jp ☎ 981・6857

※発表の採否は、12月20日(水)ま

でに通知

※発表1題につき1通「発表証

明書」発行：団体で発表する

場合はご相談ください。

問 生涯学習課 ☎ 983・0881

※詳細は市ホームページ



▲詳細・電子申請はこちら

環境・エコ

まちなかエコリーダー

名所めぐりエコウォーキング

まちなかエコリーダーは毎月

第2土曜日に皆さんと環境を考

える活動を行っています。

11月の活動は「名所めぐりエ

コウォーキング」です。身近な

地域の名所や旧跡をガイドして

もらいながら、一緒にごみ拾い

をしませんか。ぜひお気軽にご

参加ください。

時 11月11日(土)午前9時～10時30分

※雨天中止

コース 白滝公園(集合)↓鏡

池↓野戦重砲兵第2連隊跡ほ

か↓白滝公園(解散)

持 軍手、ごみ袋、ごみバサミ

(持っている人)

問 環境政策課 ☎ 983・2647

子育て支援・教育

交通遺児を支援します

交通遺児の扶養手当の支給・ラン

ドセル贈呈

対 交通事故などで、両親または両

親のうち主な生計維持者が死

亡または障がいの状態になっ

た18歳以下(令和6年3月31

日時点)の児童を養育してい

る人で、令和5年11月1日時

点において1年以上前から引

き続き市内に居住している人

持 本人確認書類など

交通遺児の扶養手当の支給

児童1人につき年額3万円を

支給します。

申 11月30日(木)までに子育て支援

課窓口

ランドセル贈呈

令和6年4月に小学校入学予

定の児童のいる該当世帯に、ラ

ンドセルを贈呈します。

申 11月17日(金)までに子育て支援

課窓口または電話

問 子育て支援課

☎ 983・2712