

# 暮らしの たより

## 講座教室

第13回 富士市スポーツ医学講演会  
「競技力を支える視覚」  
～競技力強化と老化防止のために～  
スポーツ振興課 ☎55-2876

とき 10月17日(水) 開演18:30  
ところ ロゼシアター小ホール  
講師 真下一策さん(スポーツビ  
ジョン研究会代表)  
受講料 無料  
申し込み 当日直接会場へ

### 認知症予防・栄養改善講座

高齢者地域包括支援センター ☎66-3405

#### ★認知症予防講座

とき 10月17日(水) 13:30～15:00  
ところ 岩松北公民館  
内容 講話、脳いきいき体操など  
申し込み 当日直接会場へ

#### ★栄養改善講座

とき 10月18日・25日の各木曜日  
10:00～11:30  
ところ 原田公民館  
内容 バランスよく栄養をとるた  
めの講話、調理実習  
対象 65歳以上の人または高齢者  
にかかわりのある人  
定員 25人程度  
申し込み 10月15日までに、電話で  
高齢者地域包括支援センターへ

### ジュニア体操教室 ～マット運動・とび箱・鉄棒～

スポーツ振興課 ☎55-2876

とき 11月9日からの毎週金曜日  
19:00～20:30 計10回  
ところ ジムナスティック・フジ・  
オクダ体育館(伝法)  
対象 小学1～3年生の初心者  
(前回受講した人は不可)  
定員 50人(先着順)  
受講料 5,000円(保険料を含む)  
申し込み 11月9日(金)の19:00から受  
け付けます。直接会場へ  
問い合わせ 富士市体操協会事務局  
奥田方 ☎51-4723(平日19:00～21:00)  
☎090-3933-0342(上記以外)

### イングリッシュ アラウンド ザ ワールド ツー English Around the World II

青少年センター ☎21-6129

①ビギナークラス ②中級クラス  
とき 11月～3月の木曜日計12回  
①19:00～20:00 ②20:00～21:00  
内容 ①簡単な英会話 ②英会話  
とその国の文化を学ぶ  
対象 市内在住・在勤の人で昭和  
47年4月2日～平成4年4  
月1日に生まれた人(中・  
高校生は除く)  
定員 各15人(先着順)  
受講料 無料(ただし今年度初受講  
者は、利用者会費1,000円  
と保険料300円が必要)  
申し込み 10月9日～19日(土・日  
曜日を除く)に、本人が直  
接青少年センターへ

### ガッテン!! 市政講座

吉永公民館 ☎34-1014

市政の仕組みや、まちづくりにつ  
いて一緒に考えませんか?  
とき 10月18日からの隔週木曜日  
19:00～21:00 計4回  
ところ 吉永公民館第3研修室  
定員 20人(先着順)  
受講料 300円  
申し込み 10月9日(火)～12日(金)の  
9:00～17:00に、直接また  
は電話で吉永公民館へ

### 第2回 市民生活講座 「紛失?! した年金」

市民生活課 ☎55-2750

とき 10月11日(木) 10:00～12:00  
ところ フィランセ東館2階ふくし  
体験室・学習室  
講師 長谷川倫子さん(年金アド  
バイザー)  
受講料 無料  
申し込み 当日直接会場へ  
※託児あり(事前に、子育て支援クラブ  
すみれ 石川 方へ ☎090-4865-4025)。

### 富士発・女と男のフォーラム

男女共同参画課 ☎55-2724

①「食品の安全性について」  
とき 10月20日(土) 13:30～15:30  
ところ フィランセ西館4階大ホール  
講師 小若順一さん(食品と暮らし  
の安全基金代表)  
受講料 無料  
申し込み 当日直接会場へ  
②マタニティーママ&パパのハッピ  
ーライフ宣言!  
～富士の街・子育て応援制度  
・施設100%活用法～  
とき 10月13日・20日・27日の各  
土曜日 10:00～11:30  
ところ フィランセ東館4階育児研  
修室  
対象 これから出産を迎える夫婦  
(1人での参加も可能)  
定員 各30人(先着順)  
受講料 無料  
申し込み 各講座の前日までに、電  
話またはFAX・Eメールに住所、  
氏名、電話番号、講座日を記入し、  
シエスタへ ☎・📠71-6741

📧murase3@tx.thn.ne.jp

## 10月7日(日) 富士市民体力づくり大会

参加費 無料  
申し込み 当日各会場で随時

#### ★イベント(富士総合運動公園)

体力測定(20歳以上)、  
ドッジビー体験、キンボール体験、  
中学校軟式野球大会 など

#### ★無料体験教室開催

富士総合運動公園  
ディスコン、グラウンドゴルフ、弓道  
市立富士体育館  
ビーム・ライフル、ビーム・ピストル、  
ソフトバレーボール、ミニバス  
富士常葉大学 レディースフットサル

※詳しい時間や内容は、スポーツ振興課へお問い合わせください。

問い合わせ スポーツ振興課 ☎55-2876

#### ★体育施設無料開放

富士総合運動公園  
相撲場、温水プール、庭球場、体育館、  
弓道場、体育館トレーニングルーム  
市立富士体育館  
体育室、柔道場、剣道場、弓道場、  
トレーニングルーム  
富士柔剣道場  
柔道場、剣道場

※団体での利用はできません。  
※施設により利用できる時間が異なります。