

# 暮らしの たより

## 講座教室

### こころのボランティア講座

障害福祉課 ☎55-2911

と き 11月19日・26日、12月3日  
・17日の各月曜日 13:30～16:00  
(12月3日は12:30～) 計4回(2  
回目以降からの参加もできます。)

ところ 県富士総合庁舎ほか

内 容 講話、グループワーク、施  
設見学など

※希望者には施設での実習も行いま  
す(12月5日～14日)。

対 象 精神障害者のボランティア  
に関心のある人

定 員 35人程度

受講料 無料

申し込み 電話で富士健康福祉セン  
ターへ ☎65-2155

### 秋の須津川溪谷を歩いてみませんか? 須津ふれあい遠足

須津公民館 ☎34-0004

と き 11月25日(日) 小雨決行  
集合9:00 9:30～15:00

コース 須津中学校～大柵の滝の往  
復約12キロメートル(途中、  
お汁粉や豚汁などのサービ  
スあり)

定 員 600人(先着順)

参加費 無料

持ち物 昼食、水筒、雨具、敷物など

申し込み 11月19日までに、直接ま  
たは電話で須津公民館へ

※駐車場はありませんので、公共交  
通機関をご利用ください。

## パソコン・ヨガ・エアロビクス・天体観測教室

りぶす富士(ラ・ホール富士) ☎53-4300

| 教室名                     | と き (祝日除く)   | ところ   | 定員                      | 受講料      |                      |
|-------------------------|--|---|-------------------------|----------|----------------------|
| ①はじめてのインター<br>ネット・電子メール | 1月8日からの<br>毎週火・木曜日(計8回)  | ①10:00～12:00<br>②19:00～21:00                                | ラ・ホール<br>富士7階<br>OALルーム | 各<br>20人 | 各8,000円<br>(テキスト代含む) |
| ②やすらぎの香<br>りの中でヨガ       | 1月8日からの<br>毎週火曜日(計10回)   | ①9:10～10:30<br>②10:40～12:00<br>③18:20～19:40<br>④19:50～21:10 | ラ・ホール<br>富士4階<br>軽体育室   | 各<br>30人 | 各5,000円<br>(保険料含む)   |
| ③エアロビクス                 | 1月9日からの<br>毎週水曜日(計10回)<br>1月10日からの<br>毎週木曜日(計10回)<br>1月11日からの<br>毎週金曜日(計10回) | ①10:00～11:30<br>②19:00～20:30<br>19:00～20:30                 |                         |          |                      |
| ④就労支援事業<br>中高年のためのOA教室  | 1月9日からの<br>毎週水・金曜日(計8回)  | 19:00～21:00   | ラ・ホール<br>富士7階<br>OALルーム | 20人      | 3,000円<br>(テキスト代含む)  |
| ⑤天体観測教室                 | 1月19日(土)   | 18:30～20:30   | ラ・ホール<br>富士5階<br>研修室    | 40組      | 1組3,000円<br>(教材費含む)  |

対 象 ①～③勤労者及び一般、④45歳以上で離職後、求職中の人、⑤勤労  
者とその子ども(小学生以上)

申し込み 12月3日～9日(消印有効)の9:00～20:30に直接またはFAX・はがき  
に教室名、住所、氏名(⑤は子どもの名前も)、年齢(生年月日)、電話番号  
を記入し、〒417-0052 中央町2-7-11 ラ・ホール富士へ ☎53-2040

※応募者多数の場合抽せん。りぶす富士ホームページに掲載してあるFAX送信  
様式も利用できます。 ☎http://www.fuji-kousya.jp

### 文字を点字に訳してみませんか? 点訳講習会(入門編)

障害福祉課 ☎55-2911

と き 平成20年1月12日からの毎  
週土曜日(1月26日を除く)  
9:30～12:00 計8回

ところ フィランセ東館2階ふくし学習室

対 象 市内在住・在勤で、講習会  
終了後に点訳ボランティア  
として活動できる人

定 員 8人(応募者多数の場合抽せん)

受講料 無料

申し込み 11月30日までに、電話で  
障害福祉課へ

※指定の点訳ソフトに対応するパソ  
コンが必要ですので、お問い合わせ  
してください。

### おきらく体操教室

～リズムウォーキング、ストレッチ体操など～  
スポーツ振興課 ☎55-2876

と き 平成20年1月8日からの毎週  
火曜日 10:00～11:30 計10回

ところ 市立富士体育館2階体育室

対 象 市内在住・在勤の60歳未満  
の人(平成20年1月1日時点)

定 員 60人(応募者多数の場合抽  
せん)

受講料 1,000円(保険料含む)

申し込み 12月3日(必着)までに、  
往復はがきに住所、氏名  
(ふりがな)、年齢、電話番  
号、教室名を記入し、〒417-  
8601 富士市教育委員会ス  
ポーツ振興課へ

## エアロビクス、ヨガ教室

りぶす富士(温水プール) ☎36-2131

| 教室名          | と き(計10回、祝日など除く場合あり)      | ところ            | 対 象              | 定 員  | 受 講 料   | 受 付 日     |
|--------------|---------------------------|----------------|------------------|------|---------|-----------|
| ① 第7回 エアロビクス | 1月10日からの毎週木曜日 10:00～11:30 | 市立富士体育館<br>剣道場 | 一 般<br>(高校生以下除く) | 各30人 | 各5,000円 | 11月29日(木) |
| ② 第8回 エアロビクス | 1月11日からの毎週金曜日 19:00～20:30 | 温水プール<br>軽体育室  |                  |      |         | 12月2日(日)  |
| ③ 第4回 ヨガ     | 1月15日からの毎週火曜日 19:00～20:30 |                |                  |      |         |           |

申し込み 各受付日の8:30～9:00(仮受付)に、本人またはその家族が受講料を持参し、①は市立富士体育館、それ以  
外は温水プールへ(応募者多数の場合抽せん。受講料は保険料を含む)