

**中高年齢者のためのパソコン講習会**

**日程など:** 右表 (各全4回) **ところ:** 豊橋市シルバー人材センター **対象:** 市内在住45歳以上の方 **定員:** 各13人 (抽選) **受講料:** 各8,000円 (別途テキスト代必要) **申し込み:** 5月16日 (必着) までに返信先明記の往復はがき (1コース1枚) で、講習名番号とコース記号、住所、氏名 (フリガナ)、性別、生年月日、電話番号を豊橋市シルバー人材センター (〒441-8087 牟呂町字東里42-2 ☎48・3301)

**■中高年齢者のためのパソコン講習会**

講習名	とき	コース	内容
①パソコン手始め	6月8日～29日の金曜日	①・②	超初心者向け
②パソコン入門	6月4日～25日の月曜日	①・②	初心者向け
③ワード入門	6月5日～26日の火曜日	①・②	初級編 (文字入力のできる方)
④エクセル入門	6月6日～27日の水曜日	②	
⑤デジカメ入門		①	
⑥ワード・スキルアップ	6月7日～28日の木曜日	②	ワード・エクセル入門のステップアップ編
⑦エクセル・スキルアップ		①	

※①コース: 午前9時～正午、②コース: 午後1時30分～4時30分  
 ※使用するパソコンはWindows7 (Office2007・Live)

**若返り教室**

**日程など:** 下表 **対象:** おおむね65歳以上の方 **受講料:** 無料 **申し込み:** 各開催日の前日までに各申込先 **問合せ:** 各申込先、長寿介護課 (☎51・2338)

**■若返り教室**

教室名	内容 / 講師 / 定員 (申込順) / 持ち物など	とき	ところ	申込先
脳の若返り教室	楽しみながら行う認知症予防を紹介します / 保健師など / 各50人程度	6月5日(火) 午後1時30分～3時	東細谷老人憩の家 (東細谷町字西島)	彩幸地域包括支援センター (西赤沢町字深山 ☎23・6014)
		6月12日(火) 午後1時30分～3時	あいトピア (前畑町)	豊橋市中央地域包括支援センター (前畑町 ☎54・7170)
		6月19日(火) 午後1時30分～3時	生活家庭館 (高師町字北原)	地域包括支援センター作楽荘 (王ヶ崎町字上原 ☎48・7888)
		6月21日(木) 午後1時30分～3時	石巻地区市民館 (石巻本町字市場)	さわらび地域包括支援センター (牛川町字浪ノ上 ☎54・3521)
		6月22日(金) 午後1時30分～3時	東陽地区市民館 (多米中町一丁目)	赤岩荘地域包括支援センター (多米町字大門 ☎66・1262)
		6月28日(木) 午後1時30分～3時	前芝地区市民館 (前芝町字西)	地域包括支援センターみのり (大村町字山所 ☎51・1339)
		6月29日(金) 午後1時30分～3時	高豊地区市民館 (伊古部町字多岸田)	弥生王寿園地域包括支援センター (弥生町字東豊和 ☎38・0508)
お口から若返り教室	飲み込みと、お口の体操について学びます / 歯科医師、歯科衛生士 / 各50人程度 / 手かがみ	6月7日(木) 午後1時30分～3時	本郷地区市民館 (浜道町字桜)	弥生王寿園地域包括支援センター (弥生町字東豊和 ☎38・0508)
		6月14日(木) 午後1時30分～3時	吉田方地区市民館 (高洲町字高洲)	地域包括支援センターベルヴューハイツ (青竹町字青竹 ☎33・8110)
		6月21日(木) 午後1時30分～3時	豊岡地区市民館 (西岩田四丁目)	地域包括支援センターケアコープ豊橋 (平川南町 ☎65・8567)
		6月28日(木) 午後1時30分～3時	二川南校区市民館 (大岩町字前荒田)	地域包括支援センター尽誠苑 (大脇町字大脇ノ谷 ☎65・2751)
体操で若返り教室	転倒や加齢による痛みの予防に必要な運動について学び、実践します / 保健師など / 各40人程度	6月8日(金) 午後1時30分～3時	市民文化会館 (向山大池町)	地域包括支援センターコープ豊橋中央 (前田町二丁目 ☎53・1519)
		6月13日(水) 午後1時30分～3時	つつじが丘地域福祉センター (佐藤五丁目)	豊橋市東部地域包括支援センター (佐藤五丁目 ☎64・6666)
		6月19日(火) 午後1時30分～3時	大清水地域福祉センター (大清水町字大清水)	豊橋市南部地域包括支援センター (大清水町字大清水 ☎25・7100)
		6月20日(水) 午前10時～11時30分	羽根井地区市民館 (羽根井本町)	明陽苑地域包括支援センター (八通町 ☎33・3146)

## ゆめたまご科学講座 天文クラブ

**とき:** 6月2日、7月28日、11月17日、来年1月19日の土曜日(全4回) 午前9時～10時30分(7月28日は午前10時～11時30分) **ところ:** 視聴覚教育センター **対象:** 小学3年～中学生 **内容:** プラネタリウムや観望会などを通じて、季節の星座や天文現象を学びます **講師:** 当センター職員 **定員:** 20人(抽選) **参加料:** 無料(材料費2,800円必要) **申し込み:** 5月22日(必着)までに返信先明記の往復はがき(1枚につき1人)で、講座名、郵便番号、住所、氏名、学校名、学年、電話番号を視聴覚教育センター(〒441-3147大岩町字火打坂19-16 ☎41・3330)

## さあ、みんなでいこまいか 歯の健康 フェスティバル 健康で丈夫な歯 DOEE

**とき:** 6月3日(日)午前9時30分～午後2時30分(受け付けは午後2時まで。雨天決行) **ところ:** 保健所・保健センター(中野町字中原「ほいっぷ」内) **内容:** フッ素塗布&フッ素洗口、一般歯科・小児歯科・矯正歯科相談、お口からストレスチェック、お口の中のおいのチェック、お口の中のムシ歯菌チェック、親子で歯みがき教室、女性のためのアンチエイジング教室、ええじゃないか豊橋伝播隊 DOEE ステージ、ピエロ&けんくんによるパフォーマンス、遊びの広場など **参加料:** 無料 **問合せ:** 豊橋市歯科医師会(☎26・8300 <http://www.tda8020.org/>)、健康増進課(☎39・9133)

## 地域で活躍!! レクリエーションリーダー講座

**とき:** 6月14日～8月16日の木曜日(全10回) 午後1時30分～3時30分 **ところ:** あいトピア(前畑町) **対象:** ボランティアとして平日の日中に活動可能な方 **内容:** 高齢者の地域でのふれあいと介護予防の場作りを行うため、筋力維持・向上の効果があるレクリエーション技術の理論と実技を学びます **講師:** 阿部弘子さん(レクリエーションコーディネーター) **定員:** 30人(申込順) **受講料:** 無料 **その他:** 講座終了後はレクリエーションリーダー連絡会に参加し、社会福祉協議会の介護予防事業に取り組んでいただきます **申し込み:** 6月7日までに豊橋市社会福祉協議会(☎52・1111)

# 豊橋総合動植物公園 のんほいパークの催し

動植物園(☎41・2185)

■おしゃれ「四季寄せ植え」&「石の鳥展」

**とき:** 5月11日(金)～13日(日)

**ところ:** 温室内イベントのへ

**内容:** 寄せ植え、苔玉などを約80点展示します

〈体験コーナー〉

**とき:** 5月12日(土)・13日(日) 午前10時30分～正午、午後1時30分～3時30分

**内容:** 苔玉などを作ります **定員:** 各日40人(先着順) **参加料:** 大人1千円、小・中学生700円

■アーティフィシャルフラワー

**作品展**

**とき:** 5月15日(火)～20日(日)

**ところ:** 温室内イベントのへ

**内容:** アーティフィシャルフラワーのアレンジメントを約50点展示します

■自然史博物館(☎41・4747)

**ボランティアガイドツアー**

**とき:** 5月5日(祝)午後1時～

2時(各約30分) **内容:** イン

トロホールから常設展示室までの見どころを最近の話題をまじえて、わかりやすく案内します

■電子顕微鏡公開日

**とき:** 5月5日(祝)午後1時30分(約30分)



ボランティアガイドツアーの様子

■昆虫を見る

**とき:** 5月12日(土)午後1時20分(約40分)

**内容:** 博物館の収蔵庫に保管されている未公開資料を見学します

■収蔵庫たんけん

**とき:** 5月12日(土)午後1時20分(約40分)

**内容:** 博物館の収蔵庫に保管されている未公開資料を見学します

■休園日

月曜日※変更の場合あり **参加料:** 明記していないものは無料(総合動植物公園入園料必要) **申し込み:** 明記していないものは不要

のんほいパークからこんにちは



なんじゃもんじゃ?

ナンジャモンジャ。こんなおもしろい名前の木を聞いたことがありませんか?

春真っただ中のゴールデンウィークに、屋外植物園で真っ

白な花を枝いっぱい咲かせ

まるで季節外れの雪が積もつ

たように見える目立つ木が

あります。これがナンジャモン

ジャの木です。昔は名前の

分からない珍しい木を「なん

というものだ?」という意味で

「なんじゃもんじゃ」と呼んだ

と言われ、それがそのまま名

前になっています。

緑の葉を隠すくらいたくさん

の花をつけるナンジャモンジャ

昔の人が「なんじゃもんじゃ」

と呼んだのも分かります。



ナンジャモンジャ