

■パソコン教室 ※それぞれAコース(午後1時～3時)、Bコース(午後3時15分～5時15分)があります

講座名(各全5回)	とき
インターネット初級	7月8日～8月5日の金曜日
インターネット中級	8月19日～9月16日の金曜日
ワード初級	7月5日～8月9日(7月19日除く)の火曜日
ワード中級	8月23日～9月27日(9月20日除く)の火曜日
エクセル初級	7月7日～8月4日の木曜日
エクセル中級	8月25日～9月22日の木曜日

▼日程など 左表▼ところ さくらピア(東新町)▼対象 市内在住の身体障害者手帳所持者▼定員 各3人(抽選)▼受講料 無料(テキスト代千円程度必要)▼その他 手話通訳、要約筆記者、その他特別な設定や支援が必要な方は事前に申し出てください▼申し込み 6月17日(消印有効)までに、はがきまたはファックスで住所、氏名、生年月日、電話番号またはファックス番号、希望講座名とコースを障害福祉課(〒440-8501住所不要 ☎51・2345 ☎56・5134)



障害者福祉会館
パソコン教室



就業に役立つ講座
高齢者むき料理講習

▼とき 6月24日(金)、8月24日(水)(全2回)午前10時～午後2時▼ところ 生活家庭館(高師町字北原)▼対象 市内在住で60歳～65歳の方▼内容 栄養バランスを考えた献立を学びます▼定員 25人(抽選)▼受講料 無料

■パソコン講座
▼とき ①6月21日(火)～24日(金)6月28日(火)～30日(木)②7月13日(水)～15日(金)、7月20日(水)～22日(金)、7月26日(火)(全7回)いずれも午前9時～正午▼ところ 生活家庭館(高師町字北原)▼対象 市内在住で60歳～65歳の方で文字入力のできる方▼内容 ワード、エクセルの使い方を学びます▼定員 16人(抽選)▼受講料 無料(テキスト代千円必要)

【共通事項】●申し込み 6月15日(必着)までに、返信先明記の往復はがきに希望講座、希望番号(パソコン講座の場合)、住所、氏名(フリガナ)、年齢、生年月日、電話番号を明記して、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	コース	開催日	コースの説明	時間	受講料
パソコン入門(全3回)	A	7月8日・15日・22日の金曜日	パソコンをこれから始める方、初めて間もない方対象。マウスの扱い方、文字入力、インターネット、メールなど	午前9時～正午	6,800円(別途テキスト代1,000円必要)
	B	7月29日、8月5日・12日の金曜日			
ワード入門(全3回)	C	7月4日・11日・25日の月曜日	パソコンの初歩程度を習得した方対象。文書の作成、表の作成、装飾文字の挿入など		
エクセル入門(全3回)	D	7月5日・12日・19日の火曜日	パソコンの初歩程度を習得した方対象。表の縦横計算、簡単な関数、グラフ、並べ替えなど		
	E	7月26日、8月2日・9日の火曜日			
写真編集(全3回)	F	7月7日・14日・21日の木曜日	ワードの初歩程度を習得した方対象。ペイントとワードを使うデジタル写真の加工修整の入門講座		
	G	7月28日、8月4日・11日の木曜日			
ワード基礎(全4回)	H	7月4日・11日・25日、8月1日の月曜日	入門に次ぐレベル。前・後半同じテキストを使います。取り込みなど見栄えのする文書の作成ほか		
エクセル基礎(全4回)	I	7月12日・19日・26日、8月2日の火曜日	入門に次ぐレベル。前・後半表の作成編集、グラフ、データベースなど		



中高年齢者のための
パソコン講習会

▼日程など 左表▼ところ 豊橋市シルバー人材センター(牟呂町字東里)▼対象 市内在住の45歳以上の方▼講師 シルバー会員インストラクター▼定員 各8人

(抽選)▼申し込み 6月24日(必着)までに、返信先明記の往復はがきに希望講習名、希望コース、住所、氏名(フリガナ)、年齢、生年月日、電話番号を豊橋市シルバー人材センター(〒441-8087牟呂町東里42-2 ☎48・3301)

▼とき 6月30日、7月7日・14日の木曜日(全3回)午後6時30分～8時30分▼ところ アイプラザ豊橋(草間町東山)▼対象 県内在住・在勤の勤労者と家族▼内容 話し方の基本、話の材料の集め方、魅力的な話し方などについて学びます▼講師 榎木卓さん(日本俳優連合理事)▼定員 30人(抽選)▼受講料 5千円▼申し込み 6月17日(消印有効)までに住所、氏名、年齢、性別、電話番号、勤務先をつるまいプラザ(〒466-0064名古屋市中昭和区鶴舞1-2-32 ☎052・733・6556 753 ☎052・733・6554 bunka@aiabor.jp)

■福祉講演会
▼とき 7月2日(土)午後1時30分～4時▼ところ あいトピア(前畑町)▼内容 「福祉サービスと介護予防」制度の変遷と今」をテーマに施設や在宅での福祉サービスについて学びます▼講師 山崎等さん(社会福祉士)▼定員 50人(申込順)▼受講料 無料▼持ち物 筆記用具▼申し込み 6月30日までに豊橋市社会福祉協議会(☎52・1111)



話し方・司会の仕方講習会

暮らし情報

支援



と 神経系難病患者と
家族のつらい

▼とき 6月17日(金)午前10時～11時30分▼ところ 母子保健センター(松葉町三丁目)▼対象 パーキンソン病や脊髄小脳変性症などの神経系難病の方と家族▼内容 レクリエーション▼参加料 無料▼問合せ 保健予防課(☎51・3621)

と 障害者在職者対象
訓練受講生

▼とき 7月9日(土)・10日(日)の午前9時～午後4時30分▼ところ 愛知障害者職業能力開発校(宝飯郡一宮町)▼対象 在職中の障害者▼授業料 無料(テキスト代必要)▼内容 インターネットセミナー
ユリテイ対策▼定員 10人▼申し込み 6月24日までに住所氏名、電話番号を愛知障害者職業能力開発校在職者訓練担当(☎0533・93・2102)☎0533・93・6554)

相談

相談内容は秘密厳守。気軽に相談してください。



※記載のない相談費用は無料。申し込みが必要な場合は申込期間が明記してあります

相談内容(対象など)	とき/定員/担当(敬称略)	ところ	問合せ(申込期間)
心の相談(女性)	6月22日(水)午後2時～4時/2人(申込順)/匹田幸余(臨床心理士)	女性会館(神野ふ頭町)	女性会館☎33・2800 (6月4日午前9時から)
医療総合相談(女性)	6月23日(木)午後1時30分～3時30分/4人(申込順)/渡辺のり子(医師)	女性会館(神野ふ頭町)	
女性の悩みごと相談(DV相談)	6月8日(水)・22日(水)午前10時～午後3時/愛知県女性相談センター東三河駐在室女性相談員	女性会館(神野ふ頭町)	女性会館☎33・2800 内線333
女性のための電話悩みごと相談(女性)	火～土曜日午前9時～午後3時	-	女性会館相談室 ☎33・3098
健康なんでも相談室(市内在住の方)	6月24日(金)午前9時30分～11時30分/保健師	本郷地区市民館(浜道町字桜)	健康課 ☎51・2370
	6月29日(水)午前9時30分～11時30分/保健師	高師台地区市民館(西幸町字浜池)	
じっくり健康相談(市内在住の方)	6月17日(金)午前9時～午後4時/保健師、管理栄養士、歯科衛生士、理学療法士	市役所健康課健康相談室(東館3階)	健康課 ☎51・2370 (6月16日まで) ※電話相談も可
国民年金相談	6月8日(水)・22日(水)午前9時～正午、午後1時～4時	市役所国保年金課(西館1階)	国保年金課 ☎51・2290
精神保健福祉相談(心の病で悩んでいる方と家族)	6月22日(水)午前10時～正午/4人(申込順)/精神科医	保健所(富本町字国隠)	保健予防課 ☎51・3621 (6月20日まで)
家族相談(心の病にかかっている方を抱える家族)	6月21日(火)午後1時30分～3時/2人(申込順)/同じ境遇にいる家族相談員	保健所(富本町字国隠)	保健予防課 ☎51・3621 (6月17日まで)

行政相談を行っています

▶とき 木曜日午後1時～3時(第5木曜日除く)▶ところ 市民相談室(市役所東館2階)▶内容 暮らしの中で、国の仕事についての苦情や困ったことを行政相談委員が助言や関係機

関への通知などを行います▶行政相談委員 片岸初江さん、川添敬さん、山本陸枝さん、服部亘志さん、酒井正男さん、内藤和子さん▶問合せ 安全生活課(☎51・2304)



どなたでも



女性



男性



子ども



高齢者



障害者



事業



育児