

と さくらピア スポーツ・文化教室

日程など: 右表 **ところ:** さくらピア (東新町) **対象:** 市内在住の身体障害者・療育・精神障害者保健福祉手帳所持者(重度障害者は介護者同伴)と家族、友人
受講料: 無料(教材費各500円程度必要)
申し込み: 6月5日午前9時から住所、氏名、生年月日、電話番号、手帳番号をさくらピア(☎53・3153 ☎53・3200)

■さくらピア スポーツ・文化教室

教室名	とき	内容/定員(申込順)
書道教室(各全4回)	[前期]6月22日・29日、7月6日・13日の火曜日 [後期]11月9日・16日・30日、12月7日の火曜日 いずれも午前10時～正午	筆で文字を書くことで脳や身体機能を活性化させ、生活の中に書を入れる楽しみを体験します/各15人
陶芸教室(全8回)	7月24日、8月7日・21日、9月4日・18日、10月2日・23日、11月6日の土曜日 いずれも午後1時30分～3時	陶芸の初歩的スキルを身につけながら心身機能の促進と参加者同士の交流を深め、物を創造する楽しさを体験します/10人

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:** 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	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/50人程度	7月1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)
		7月2日(金) 午後1時30分～3時	下地老人福祉センター(下地町字宮前)	地域包括支援センターみのり(大村町字山所☎51・1339)
		7月5日(月) 午後1時30分～3時	保健所・保健センター(中野町字中原「ほいっぶ」内)	地域包括支援センター作楽荘(王ヶ崎町字上原☎48・7888)
		7月6日(火) 午後1時30分～3時	松山校区市民館(西松山町)	明陽苑地域包括支援センター(八通町☎33・3146)
		7月7日(水) 午前10時～11時30分	高師台地区市民館(西幸町字浜池)	福祉村地域包括支援センター(野依町字山中☎45・5130)
		7月13日(火) 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)
		7月14日(水) 午前10時～11時30分	牟呂地域福祉センター(牟呂町字内田)	地域包括支援センターベルヴェーハイツ(青竹町字青竹☎33・8110)
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/50人程度/手ががみ	7月1日(木) 午後1時30分～3時	青陵地区市民館(南牛川二丁目)	さわらび地域包括支援センター(牛川町字浪ノ上☎54・3521)
		7月8日(木) 午後1時30分～3時	大崎校区市民館(大崎町字柿ノ木)	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)
		7月22日(木) 午後1時30分～3時	富士見校区市民館(富士見台二丁目)	彩幸地域包括支援センター(西赤沢町字深山☎23・6014)
体操で若返り教室	膝痛予防についての話と運動の実践について学びます/理学療法士、保健師など/40人程度	7月1日(木) 午後1時30分～3時	二川地区市民館(大岩町字東郷内)	地域包括支援センター尽誠苑(大脇町字大脇ノ谷☎65・2751)
		7月15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)
		7月16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)
		7月21日(水) 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)



アクアリーナ豊橋飛び込み練習会

とき:6月～9月(当施設指定日)水曜日 午後7時～7時20分 **ところ:**アクアリーナ豊橋(神野新田町字メノ割) **内容:**実際にスタート台を設置し、指導者の合図で飛び込みを行います **受講料:**無料(施設利用料必要) **申込先:**アクアリーナ豊橋(☎31・4781)



アクアウォーキング アクアダンベル教室

とき:6月～9月(月3回。当施設指定日) ①火曜日/アクアウォーキング、②金曜日/アクアダンベル。いずれも午前11時～11時20分 **ところ:**アクアリーナ豊橋(神野新田町字メノ割) **対象:**18歳以上 **内容:**①音楽と指導者の動きに合わせて水中歩行を行います②水中ダンベルを使用して引き締め効果が得られます **定員:**各30人(申込順) **受講料:**無料(施設利用料必要) **申込先:**アクアリーナ豊橋(☎31・4781)



高等学校エコカーレース 総合大会(エコハイ)

とき:6月20日(日)午前11時～午後3時 **ところ:**ユタカ自動車学校特設コース(中野町字平北) **内容:**全国から集まる工業高校製作によるエコカー約30台が一定の時間の中で決められたエネルギー量を使い、走行距離を競います **部門:**エコハイクラス、オープンクラス、燃料電池車 **観覧料:**無料 **問合せ先:**エコカーチャンピオンシップ運営委員会(商工会議所内☎53・7211 ☎53・7210 <http://www.toyohashi-cci.or.jp/kanko/eco-car/>)、商業観光課(☎51・2430)



昨年のエコカーレースの様子



7月1日(木)からさくらピア 屋上プールを開場します

とき:7月1日(木)～8月31日(火)(月曜日と7月20日(火)は休館) 午前10時～午後5時※天候などにより時間短縮や休場する場合があります **対象:**市内在住の身体障害者・療育・精神障害者保健福祉手帳所持者と保護者 **使用料:**無料 **その他:**団体利用は1週間前までに申請が必要

■プール監視員を募集します

対象:18歳～68歳の健康な方 **勤務期間:**プール開場期間の午前9時30分～午後5時15分 **業務内容:**場内監視、清掃 **賃金:**時給850円

[共通事項] **ところ:**さくらピア(東新町)

問合せ先:さくらピア(☎53・3153 ☎53・3200)



暮らし情報

支援



禁煙ニコニコプラン

とき:6月23日(水)午前9時・10時30分、午後1時30分・3時 **ところ:**保健所・保健センター(中野町字中原「ほいっぷ」内) **対象:**市内在住の方 **内容:**約3か月間で禁煙を目指します。禁煙開始後の辛い症状を上手に乗り切るため、個人に合わせた検査や面接を行います **講師:**保健師 **定員:**4人程度(申込順) **参加料:**無料 **申し込み:**6月22日までに健康増進課(☎39・9139)



中高年齢者のためのパソコン講習会

日程など:下表 **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:**6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)で講座番号、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

講座名	とき	コース	内容
①パソコン手始め(全4回)	7月7日～28日の水曜日	①・②	超初心者向け
②パソコン入門(全4回)	7月6日～27日の火曜日	①・②	初心者向け
③ワード入門(全4回)	7月1日～22日の木曜日	①・②	初級編(文字入力のできる方)
④エクセル入門(全4回)	7月5日～8月2日の月曜日(7月19日を除く)	②	
⑤デジカメ入門(全4回)	7月5日～8月2日の月曜日(7月19日を除く)	①	初級編(ワードのできる方)
⑥エクセル基礎(全4回)	7月2日～23日の金曜日	②	中級編

※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Windows 7(Office 2007)