

## おたまじゃくしの会

ひきこもりや不登校の悩みを話し合い、情報交換をします。

- とき** 12/9(木)、1/13(木)13:30～15:00  
**ところ** 保健所・保健センター  
**対象** 市内在住で、ひきこもりや不登校の子どもを持つ家族  
**申込み** 随時、健康増進課(☎39・9145)  
**HP** 6779

## 初心者でもアイデアを形に! デジタル工作機械活用講座

3Dプリンタや製図ソフトの使い方を学びます。

- とき** 12/9(木)、12/23(木)、1/6(木)17:00～18:30  
**ところ** 大学生・高校生の交流スペース「ガクラボ」  
**対象** 高校生、大学生  
**申込み** 各前日までにホームページで必要事項を入力  
**問合せ** 地域イノベーション推進室(☎51・2440)  
**HP** 45467

## 市民大学トラム

### ■歴史講座 古文書で読む

#### 日本の大事件

- とき** 1/16(日)、1/23(日)、1/30(日)(全3回)10:00～11:30  
**申込み** 12/25(土)までに本郷地区市民館(☎46・8487)

### ■豊橋のまちの変遷をたどる

- とき** 1/22(土)、1/29(土)、2/5(土)(全3回)10:00～11:30  
**申込み** 1/12(水)までに南稜地区市民館(☎26・0010)

### ■大人の学校① 作曲家鈴木直己の

#### 大人の楽しい音楽授業

- とき** 1/23(日)、2/20(日)、3/6(日)(全3回)10:00～11:30  
**申込み** 1/5(水)までに石巻地区市民館(☎88・1317)

### [共通事項]

- ところ** 各申込先  
**料金** 各1,500円  
**HP** 23387

## 夢フェスティバル2021

障害者が福祉事業所で手作りしたパンや菓子、小物などが購入できます。

- とき** 12/5(日)9:30～15:00  
**ところ** こども未来館「ここにこ」  
**問合せ** 豊橋南ライオンズクラブ(☎35・9640)、障害福祉課(☎51・2347)  
**HP** 32563

## 知っつく! 豊橋ゼミナール

### ■わたしと家族のそうぞく講座

- とき** 1/13(木)、1/20(木)、1/27(木)(全3回)13:30～15:00  
**ところ** 牟呂地区市民館  
**申込み** 12/21(火)までに牟呂地区市民館(☎32・4615)  
**HP** 23387

## セカンドキャリアを 目指す人のための就職相談会

企業から仕事内容などの説明が聞けます。

- とき** 12/23(木)12:00～15:00  
**ところ** 市役所東85・86会議室  
**対象** おおむね5歳以上の方  
**その他** 鈴置理愛さん(社会保険労務士)による「スッキリわかる年金制度の概要」セミナーを同時開催  
**問合せ** 愛知県労働局就業促進課(☎052・954・6367)、長寿介護課(☎51・2330)  
**HP** 70464

## 55歳以上の求職者を対象とした 出張相談会 in 豊橋

働き方や応募書類の書き方などを相談できます。

- とき** 12/16(木)13:30、14:30、15:30(各50分)  
**ところ** 市役所福祉部会議室  
**定員** 各1人(申込順)  
**申込み** 12/9(木)までに申込書を長寿介護課(☎51・2330 ☎56・3810)※申込書は長寿介護課、各窓口センター、ホームページほかで配布  
**HP** 70464

# 暮らし情報

イベントや生活に役立つ情報などをお届けします。

- 催し・講座……P16
- その他……P19
- 支援……P18
- 相談……P21
- 募集……P18

## 催し・講座

### 認知症座談会 介護の悩みを話し合おう

入浴やデイサービスの拒否などの悩みを相談できます。

- とき** 1/20(木)13:00～15:30  
**ところ** つつじが丘地域福祉センター  
**対象** 認知症の方の介護者  
**講師** 伊対弘之さん(福祉村病院副院長)  
**定員** 10人(申込順)  
**申込み** 1/13(木)までに住所、氏名、電話番号を東部地域包括支援センター(☎64・6666)  
**HP** 24204

### 冬学期語学講座

英語やスペイン語、小学生のための英会話などが学べます。

- とき** 1～3月の当協会指定日(各全10回)  
**ところ** emCAMPUS EAST  
**料金** 一般各10,000円、会員各7,000円  
**その他** 講座内容など詳細は豊橋市国際交流協会ホームページ参照  
**申込み** 12/23(木)までに豊橋市国際交流協会ホームページで必要事項を入力  
**問合せ** 豊橋市国際交流協会(☎55・3671)

## 働く女性のための スキルアップ講座

感情を整え、円滑な人間関係を築く方法を学びます。

- とき** 1/22(土)10:30~12:00  
**講師** 寺田陽子さん(ワンネスサポート代表)  
**定員** 30人(抽選)  
**その他** オンライン会議システム「Zoom」で受講  
**申込み** 1/18(火)までに市民協働推進課(☎51・2188)※ホームページからも申し込み可  
**HP** 84340

## 聴いて寄り添う 傾聴ボランティア講座

傾聴の方法とボランティア活動について学びます。

- とき** 1/18(火)、1/25(火)(全2回)13:30~15:30  
**ところ** あいトピア  
**対象** 月1回以上傾聴ボランティアとして活動可能な方  
**講師** 鎌倉利光さん(愛知大学文学部教授)  
**定員** 20人(申込順)  
**申込み** 1/7(金)までに豊橋市社会福祉協議会(☎52・1111)

## とよはしクリスマスマーケット

ヒュッテ(山小屋)風の屋台で雑貨の購入や飲食を楽しめます。

- とき** 12/16(木)~12/25(土)16:00~21:00(土・日曜日は11:00から。荒天中止)  
**ところ** 豊橋駅南口駅前広場  
**問合せ** まちなか活性課(☎55・8101)  
**HP** 88697



## KTJクリスマス2021

クリスマスのメッセージカード作りなどが楽しめます。

- とき** 12/5(日)9:30~16:00(随時参加可。受け付けは15:30まで)  
**ところ** 交通児童館  
**対象** 18歳未満の方  
**定員** 300人(先着順)  
**問合せ** 交通児童館(☎61・5818)

## 自転車かご de アレンジメント♪

かごに花の寄せ植えをします。

- とき** 12/19(日)10:30~11:10  
**ところ** 交通児童館  
**対象** 18歳未満の方  
**定員** 10人(申込順)  
**料金** 1,500円  
**申込み** 12/1(水)から直接、交通児童館(☎61・5818)

## 福祉レクリエーション ボランティアセミナー

障害者や高齢者向けのレクリエーション技術の基礎を学びます。

- とき** 2/2~3/16の水曜日(2/23(祝)を除く。全6回)13:30~15:30  
**ところ** あいトピア  
**講師** 福祉レクリエーションつくしほか  
**定員** 20人(申込順)  
**料金** 1,000円  
**申込み** 1/24(月)までに豊橋市社会福祉協議会(☎52・1111)

## 中高生おすすめプログラム

### ■中高生美肌レッスン

思春期の肌の変化や正しい洗顔方法を学びます。

- とき** 12/24(金)15:00~16:30  
**ところ** 交通児童館  
**対象** 中学生、高校生  
**講師** 東三河ヤクルト販売(株)  
**定員** 10人(申込順)  
**その他** プレゼント(スキンケア用品)あり  
**申込み** 12/1(水)から直接、交通児童館(☎61・5818)

## 地域のおこまり解決講座

### ■ごみのお悩み相談室

- とき** 1/15(土)、1/29(土)(全2回)10:00~11:30  
**ところ** 豊岡地区市民館  
**申込み** 1/6(木)までに豊岡地区市民館(☎61・5632)  
**HP** 23387

## がん患者サロン

患者や患者の家族同士で交流します。

- とき** 12/24(金)、1/25(火)、2/25(金)、3/22(火)14:00~15:40  
**ところ** 市民病院  
**定員** 各75人(先着順)  
**問合せ** 市民病院がん相談支援センター(☎33・6290)

## 難病患者・家族のための 就労のつどい

就労支援の事例や制度、相談先を紹介する動画を視聴できます。

- とき** 12/6(月)~1/7(金)  
**対象** 市内在住の難病患者と家族  
**講師** 古川直子さん(ハローワーク名古屋中 難病患者就職サポーター)ほか  
**その他** YouTubeで視聴。ホームページから資料のダウンロード可  
**問合せ** 健康増進課(☎39・9140)  
**HP** 6770

## 青年講座 ヒップホップダンス

- とき** 1/22~2/26の土曜日(全6回)19:30~21:00  
**ところ** 青少年センター  
**対象** 市内在住・在学・在勤の18歳以上の方  
**定員** 20人(抽選)  
**料金** 1,200円  
**申込み** 12/22(水)~1/7(金)に青少年センター(☎46・8925)※青少年センターホームページからも申し込み可