首為縣

## 「花植え会」ボランティア

道路沿いの植樹帯や花壇に一緒 に花を植えるボランティアを募 集。※中学生以下は保護者同伴。

● 9月27日(土) 8:00~ 9:30(7:30より受け 付け。小雨決行)



- 場藍場浜公園(集合場所)※市役所 南側に無料駐車場あり。
- 問都市建設政策課(☎621-5493 £3621-5273)

## 介護助手

介護施設で、清掃・シーツ交換 など、身体への負担が比較的少な い業務を行う介護助手を募集。

効おおむね60歳以上の人※短時 間勤務・無資格・未経験でも可。

詳細は徳島県社会福祉 協議会HPをご確認くだ さい。



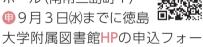
圖徳島県社会福祉協議会(☎625-2040 (2040)

#### 催し

### 重要文化財指定記念 シンポジウム

徳島大学附属図書館所蔵の「伊 能忠敬測量図」が国の重要文化財 に指定されることを記念したシン ポジウムを開催。

- 9月6日出13:30~16:15
- 炒徳島大学常三島けやき ■風景■ ホール(南常三島町1)



ムから申し込み ◎徳島大学附属図書館総務係 **(16**56-7584**)** 

# 長月茶会

茶道裏千家淡交会徳島支部によ るお茶会を開催。

- 9 □ 21 □ □ 10 : 00 ~ 15 : 00
- ⑩徳島城博物館和室
- ₩700円※別途入館料必



過徳島城博物館(☎656-2525 £3656-2466)

# 徳島市民スポ・レク フェスティバル

誰もが気軽に楽しめる スポーツイベントを開催 (全19種目)。



- ●10月4日(土)~12月21日(日) 詳細は市HPをご確認ください。
- ◎徳島市民スポ・レクフェスティ バル実行委員会事務局(☎621-5318 (24-1281)

### 認知症普及啓発イベント

- ◆パネル展・作品展示
- ●10月1日(水)~8日(水)各日13:30  $\sim 15:30$
- ◆認知症サポーター養成講座※要 申し込み。
- ●10月3日金13:30~15:00
- ◆公開講座「新しい認知症観を育 むために」※要申し込み。
- ●10月5日(日)13:30~15:30



- ♨ふれあい健康館
- ●電話で、認知症の人と 家族の会徳島県支部へ
- 問認知症の人と家族の会徳島県支 部(全678-8020 風678-8110)

# 講座・教室

#### 人権教育・啓発専門講座

「高齢者の人権問題について」講 座を開催。

[講師] 笹田英治さん (徳島市人権 教育・啓発講師団講師)

- 9月26日 金13:30~15:00
- 場ふれあい健康館2階第1会議室
- **◎**60人
- ●9月19日 金までに電 話で人権推進課へ
- 過人権推進課(☎621-5167 £3655-7758)

#### くらしの講座

シニア向けスマートフォン安全 教室を開催。

●9月22日(月)①13:30~15:00 ②15:30~17:00※時間はど

- ちらか選択(内容は同じです)。
- 場シビックセンター活動室3(ア ミコビル4階) 🔞徳島市・石井町・ 神山町・佐那河内村在住の人
- 優各回20人(先着)
- ●電話で消費生活センターへ
- 週消費生活センター(☎625-2326 (25-2365)

## コミュニティビジネスセミナー

まちづくりや起業・独立に興味 がある人向けセミナー(全4回)。

- ■10月8日・15日・22日・29日 各水曜日13:30~16:30
- 場産業支援交流センター 09(ア ミコビル9階)※10月15日(第2 回)のみ、アスティとくしま第3会 議室で実施。 24人程度(先着)
- ●申込書(市HPからダウンロー ド可)をファクスまたは 🛒 📜 メールで公益財団法人徳 島県勤労者福祉ネット
- ◎徳島県勤労者福祉ネットワーク **(☎**611-2313 **(☎**611-3323)

#### 健康

#### こころの健康相談と 自殺予防啓発パネル展

■▶こころの健康相談(要申し込 み。当日ふれあい健康館1階総合 受付へ) = 9月10日(水)~ 13日(土)、 16日 ( ) 各日 10:00~12:00、  $13:00 \sim 15:00$ 

▶**啓発パネル展** = 9月10日(水)~ 16日(火)各日9:00~17:00 ※16日(火)は15:00まで。

- 場ふれあい健康館1階
- 過健康長寿課(☎621-5523 £3655-6560)

#### 市民公開講座

# ◆認知症市民公開講座

「認知症診療の新時代」をテーマ の講座(オンライン)を開催。

- 9月20日(土)14:00~15:30
- ◆大腸がん市民公開講座

「一緒に学ぼう!増えている大 腸がん」がテーマの講座を開催。

● 9月27日仕14:00~16:00

場ふれあい健康館1階ホール ※どちらも参加無料ですが、事前 申し込みの上、当日聴講券を持参 していただきます。

詳細は、徳島市医師会 HPをご確認ください。

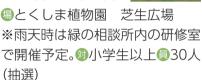
⑱徳島市医師会(☎625-4617)、 健康長寿課▶認知症市民公開 6560) ▶大腸がん市民公開講座 =(2621-5512)

#### お月見ヨガ

中秋の名月に古典 ヨガ体験をしてみま せんか。※参加無料。



 $17:00 \sim 18:00$ 



●9月10日俶(消印有効)までに とくしま植物園HPから申し込み、 またはファクス、はがきに「ヨガ参 加希望」と〈住所/名前/電話番号/ 年齢〉を書いて、とくしま植物園緑 の相談所(〒771-4267 画数後回

渋野町入道45-1)へ 詳細はとくしま植物園 HPをご確認ください。

働とくしま植物園緑の相談所 **(☎**636-3131 **ℝ3**636-3132**)** 

#### 国保加入者の脳ドック

**[受診期間]** 11月 1日(土)~令和 8 年3月31日(火)

- 動申請時に徳島市国民健康保険に 1年以上加入し、保険料を完納し ている世帯の30歳以上74歳以下 の人(令和6年度の受診者、受診時 に国保資格を喪失する人を除く)
- ●300人(抽選)
- №6,500円(自己負担金)
- ●9月8日側~30日火に、資格 確認書または資格情報のお知らせ を持って、市役所1階保 険年金課7番窓□へ ※電話も可。
- 圖保険年金課(☎621-5159 £3655-9286)

### とくしま植物園各教室

	教室名	日時	定員(抽選)	参加費
	Flower Diaries	10月4日(土)10:00~12:00	20人	3,500円
	雑草いけばな教室	10月5日(1)10:00~12:00	20人	1,000円
	花あそびの会	10月7日以10:00~12:00	15人	3,850円
	植物の香り体験	10月12日(日)10:00~15:00	6人	1,500円

- 対市内在住・在勤・在学の人
- 📵 9 月10日(x) (消印有効) までにとくしま植物園HPから申し込み、またはファクス、はがき に〈教室名/住所/名前/電話番号/市外の人は勤務先名または学校名〉を書いて、 とくしま植物園緑の相談所(〒771-4267 渋野町入道45-1)へ
- 過とくしま植物園緑の相談所(☎636-3131 ∞636-3132)



# ウオーキング講座(蔵本コース)

ウオーキング方法を学びながら、蔵本公園周辺 🎒 📆 📵 を歩いてみませんか(約3~4㌔)。指導員がサ ポートします。※参加無料。



■10月1日水・3日金・8日水・10日金・15日水各日 10:00~11:30※雨天の場合は8:30に中止を決定し、 次の水曜日または金曜日に順延。傷蔵本公園(むつみパーク 蔵本) 周辺※集合場所は蔵本公園駐車場東側トイレ横広場。 なお、駐車料金は、ご自身でご負担ください。

- 働今年度の同講座(5月実施の植物園コース)に未参加で、 医師から運動制限を受けていない市民 30人(先着)
- ●電話で健康長寿課へ
- ⑩健康長寿課(☎621-5521 №655-6560)

