

催 し

プロスポーツチームを
応援しよう

◆徳島ヴォルティス 明治安田 J 2 ・ J 3 百年構想リーグが開幕

Jリーグ百年構想リーグとして、2月から5月までの期間中、J 2 ・ J 3 混合で特別大会が行われます。スタジアムで選手を応援しましょう。※通常のリーグ戦とは異なり、結果による昇降格はありません。

2 ・ 3 月に行われるホームゲームは下表のとおりです。

日時	対戦チーム
2月22日(日) 14：00～	カターレ富山
3月15日(日) 14：00～	カマタマーレ讃岐
3月29日(日) 14：00～	高知ユナイテッドSC

◆徳島ガンバロウズ

3月に行われるホームゲームは下表のとおりです。

日時	場所	対戦チーム
3月7日(土) 18：00～	とくぎん トモニ アリーナ	金沢武士団
3月8日(日) 13：00～		
3月20日(水) 15：00～	アミノ パリュウ ホール	東京八王子 ビートレインズ
3月21日(木) 13：00～		

◇ ◇ ◇ ◇ ◇

チケット情報など詳しくは、各クラブのHPをご確認ください。

問文化スポーツ振興課(☎621-



5318 ☎624-1281)

ダイバーシティ・フォーラム

「働き方」や「ワーク・ライフ・バランス」をテーマに、性別や職種、世代、生まれ育った環境などによる価値観の違いに気づくためのフォーラムを開催。徳島で活躍する人たちのトークセッションやグループごとのワークショップを通じて、「誰もが活躍する社会」や「自分らしい働き方」について、考えてみませんか。

日 3月25日(水)14：00～15：30

場クレエール(万代町5)

【ファシリテータ】徳島市男女共同参画推進ネットワーク会議 座長 四国大学・四国大学短期大学部 副学長 加渡いづみさん(右上写真)

対市内在住・在勤・在学の人

員40人程度(先着) ¥無料

申右の二次元コードまたは、郵送、ファクス、メールで申し込み

問男女共同参画センター(☎624-2611 ☎624-2612)



講座・教室

介護に関する入門的な研修

介護に関心のある人を対象とした研修を開催。基本的な介護技術や介護保険制度を学びましょう(4日間の集中研修)。

日 2月25日(水)、3月4日(水)・11日(水)・18日(水)

場徳島県介護実習・普及センター

(国府町東高輪字天満356)

詳細は徳島県介護実習・普及センターHPをご確認ください。

問徳島県介護実習・普及センター(☎642-5113 ☎642-5003)



阿波おどり会館三味線教室

初心者も歓迎の三味線教室。ぞめきや民謡の演奏を楽しみましょう(全15回)。三味線の貸し出しあり。

日▶火曜午前コース＝4月14日(水)10：00～11：00▶金曜夜間コース＝4月17日(金)18：15～19：15 員各15人(抽選) ¥1万6,500円※別途教材費2,000円。

申電話で阿波おどり会館へ

詳細は同館HPをご確認ください。

問阿波おどり会館(☎611-1611 ☎611-1612)



認知症サポーター養成講座

認知症に関する基礎知識や、認知症の人やその家族への支援などについて、地域包括支援センターの職員が講演。

日 3月18日(水)14：00～15：30

場徳島市医師会館(幸町3)

申電話で地域包括支援センター(☎0120-24-6423)へ

問健康長寿課(☎621-5574 ☎655-6560)

とくしま植物園各教室

◆手作り石けんワークショップ

バラの石けん

日 3月17日(火)▶(1班)10：00～

12：00▶(2班)13：00～15：00 員各班10人(抽選)

¥1,500円

◆雑草いけばな教室

テーブル花。

日 3月22日(日)10：00～12：00

員20人(抽選) ¥1,000円

◇ ◇ ◇ ◇ ◇

対市内在住・在勤・在学の人

申 2月25日(水)(消印有効)

詳細は同園HPをご確認ください。

問とくしま植物園緑の相談所(☎636-3131 ☎636-3132)



ガラス工芸お試し教室

ガラス教室についての紹介と、ガラス作品作りの体験。

日▶吹きガラスコース 2月27日(金)13：30～16：00▶コールドコース 3月2日(月)13：30～16：00▶バーナーコース 2月28日(土)13：30～16：00 場徳島ガラススタジオ 対18歳以上の人 員▶吹きガラスコース＝2人▶コールドコース、バーナーコース＝各3人 ¥▶吹きガラスコース＝4,150円(市外在住の人4,455円)▶コールド・バーナーコース＝2,620円(市外在住の人2,772円)

詳細は徳島ガラススタジオHPをご確認ください。

問徳島ガラススタジオ(☎669-1195 ☎669-1221)



健康

若い世代の血糖相談

糖尿病などの生活習慣病予防

シビックセンター前期文化講座受講生を募集

曜日	講座		時間	受講料
月	墨絵・彩墨画		10：00～12：00	8,800円
	書道を楽しむ		10：00～12：00	8,800円
	アメリカンフラワー教室		13：30～15：30	17,600円
	健康ヨガ	A	13：00～14：30	9,900円
		B	14：40～16：10	9,900円
美容・健康・美顔ヨガ		18：00～19：30	9,900円	
水	朗読を楽しみましょう		10：00～11：30	6,600円
	俳句	A	10：00～12：00	17,600円
		B	13：30～15：30	17,600円
	歌唱教室		10：00～12：00	13,200円
	美しく踊ろう若返りのハワイアンフラ		13：30～15：00	9,900円
	染色教室	(基礎)	10：00～15：00	15,400円
		(創作)	10：00～15：30	12,100円
	パソコン インターネット 活用講座	水曜日午前	10：00～12：00	28,600円
水曜日午後		13：30～15：30	28,600円	
水曜日夜間A		18：45～20：45	14,300円	
木	パソコン インターネット 活用講座	木曜日午前	10：00～12：00	28,600円
		木曜日午後	13：30～15：30	28,600円
		木曜日夜間A	18：45～20：45	14,300円
	織物	(基礎)	10：00～16：00	13,200円
		(応用)	10：00～16：00	11,000円
		(創作)	10：00～16：00	11,000円

曜日	講座		時間	受講料
木	やさしいコーラス(合唱)		13：00～15：00	13,200円
	エアロビックダンス		10：30～12：00	9,900円
	元気シニアのフレイル予防		10：00～11：30	9,900円
	コンディショニングストレッチ		13：00～14：30	13,200円
	笑いヨガ・整体		15：00～16：30	13,200円
金	やさしい自力整体	A	13：30～15：00	13,200円
		B	15：15～16：45	13,200円
	イタリア語教室		18：00～19：30	9,900円
	水彩画		10：00～12：00	8,800円
	暮らしに活かせる書道・ペン習字		13：30～15：30	16,500円
	やさしいストレッチヨガ		10：00～11：30	12,100円
	はじめてのウクレレ(金・夜間)		19：30～21：00	8,800円
土	はじめてのウクレレ(土・午前)		10：30～12：00	8,800円
	洋画		14：00～16：00	13,200円

対18歳以上※やさしいコーラスは40歳以上の女性が対象。

申 3月9日(月)までに、電話または所定の申込用紙(シビックセンター、市役所9階文化スポーツ振興課で配布)をシビックセンターへ※3月3日(火)は休館日。

問シビックセンター(☎626-0408 ☎626-0833)

