

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J2・J3百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、J2・J3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(祝) 15:00~	アミノ バリュー ホール	東京八王子 ビートレインズ
3月21日(土) 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)

[ファシリテーター]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、ファックス、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

(火)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
水	美容・健康・美顔ヨガ	18:00~19:30	9,900円
	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
木	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
金	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
土	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
	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)		