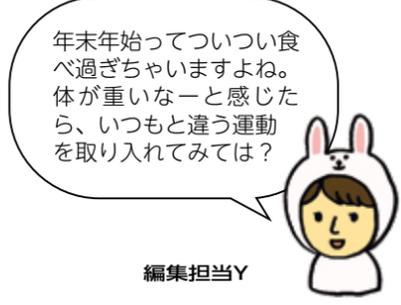


健康づくりスポーツ教室

代謝力アップリンパマッサージ=1月9日~2月13日の火曜日。骨盤エクササイズ=1月11日~2月15日の木曜日。ステップエクササイズ(基本編)=1月12日~2月16日の金曜日。いずれも、19:30~20:30。各全6回



救命講習

- ①普通救命講習 I
②上級救命講習
③普通救命講習Ⅲ(小児、乳児に対するAEDを用いた心肺蘇生法)
④上級救命再講習



水泳教室

- ①小学生(初~上級)
②中・高・一般(初級クロール・バタフライ)
③中・高校・一般(初~上級)

- ④中・高・一般(水中運動)
⑤中・高・一般(中級クロール・バタフライ)
⑥中・高・一般(初級背泳ぎ・平泳ぎ)
⑦中・高・一般(リズム水泳・水泳入門)
⑧中・高・一般(中級背泳ぎ・平泳ぎ)
初學者向けスマートフォン講座

療育センターふれあいの家「点字講習会」

1月16日~3月26日(2月13日を除く)の火曜日14:00~16:00。全10回

傾聴ボランティアフォローアップ講座

1月17日(水)・24日(水)10:00~12:00。全2回

若葉保健福祉センター
傾聴の基礎講座受講者、傾聴ボランティア活動の経験者
先着20人

埋蔵文化財調査センター特別展開連講座

1月21日(日)14:00~16:00、28日(日)14:00~16:30
生涯学習センター
会場とオンライン(Zoom)での開催。

私にもできるかな?新しかったNISA入門セミナー

2月23日(祝)。①セミナー=11:00~12:00、13:00~14:00、②無料体験相談会=12:10~13:00、14:10~15:00

市民スキー教室

3月8日(金)21:00~10日(日)18:00。2泊3日
菅平高原スノーリゾート(長野県上田市菅平高原1223-146)



相談

ちば総合相談センター相談会

12月2日~23日の土曜日=千葉司法書士会館(美浜区幸町2-2-1)、2日(土)=あかりサロン稲毛(稲毛区稲毛東2-16-1)。

生涯現役応援センター&シルバー人材センター出張相談会

12月4日(月)・18日(月)=イオンマリニピア店4階フードコート側エスカレーター前、5日(火)=市役所1階イベントスペース、11日(月)・25日(月)=イオンスタイル鎌取4階イベントスペース、12日(火)=アリオ蘇我1階サンコートエスカレーター前、14日(木)=イオンタウンおゆみ野1階、21日(木)=イコアス千城台1階フードコート前。

社会保険労務士相談

12月4日(月)・18日(月)、1月15日(月)10:00~12:00、13:00~16:00
千葉県社会保険労務士会千葉支部事務所(中央区富士見2-7-5富士見ハイネスビル)

人権擁護委員特設相談

12月5日(火)10:00~15:00
花見川区役所2階会議室
差別待遇、名誉毀損、いやがらせ、いじめなど人権上の悩みごと

住宅増改築相談

12月8日(金)10:00~15:00
さぼーる1階、花見川・若葉・緑・美浜区役所
増改築や高齢者向けの改造などの相談

外国人のための法律相談

12月9日(土)・18日(月)13:00~16:00
国際交流プラザ
弁護士による法律相談

特に記載のない場合は、●申し込みは1日から受け付け ●応募多数の場合は抽選 ●対象は市内在住・在勤・在学の方 ●料金は無料
申込時に記載する必要事項は11面参照。年末年始の主な市の施設の開館状況は4面参照。