おはなし広場

絵本やおはなしを楽しむ会です。

内容（担当団体）	ところ	とき		対象
絵本とおはなしの部屋（おはなしポケットの会）	市民図書館	6月5日（毎月第1土曜日）	14:00～15:00	幼児～大人
絵本と紙しばいを楽しむ会（なぎさ会）	市民活動センター（市民会館1階）	5月8日（毎月第2土曜日）		
おしゃべりたんぽぽおはなし会（おしゃべりたんぽぽ）		5月15日（毎月第3土曜日）		
親子で絵本を楽しむ会（境港親と子どもの劇場）		毎週水曜日	10:30～11:30	

◉**問合せ先** 生涯学習課生涯学習係（☎47-1091）

みな～とで講座②「棉（わた）から綿へのおはなし」

弓浜絣に魅せられ、そして伯州綿へつながっていく活動とは。

◉**とき** 5月28日（金）午後7時30分～

◉**講師** 足立あきみさん（浜棉コットンプロジェクト代表）

◉**ところ・問合せ先** 市民活動センター（☎47-1204）

みな～とで講座③「傾聴ボランティアって？その2」

「傾聴ボランティア」とは、真心をもってお話を聴くボランティアです。コミュニケーション能力の向上に役立つお話です。

◉**とき** 6月1日（火）午後2時～

◉**講師** 岡田浩さん（よなご傾聴しあわせの会代表）

◉**ところ・問合せ先** 市民活動センター（☎47-1204）

市民活動センター開設5周年記念事業 ネパールカレー講習会

ネパールのスパイス等を使ってカレーを作りましょう。

◉**とき** 6月13日（日）午前9時～

◉**ところ** なぎさ会館

◉**講師** 八田玲子さん（ネパール教育支援代表）

◉**定員** 15人程度

◉**申込み期間** 5月10日～30日

※申込み多数の場合は抽選します。

◉**申込み・問合せ先** 市民活動センター（☎47-1204）

いきいき介護講座～生きるほどに美しく～

◉**とき** 5月14日（金）午後1時30分～3時

◉**ところ** 誠道公民館 集会室

◉**内容** 介護する人や介護が必要な人が在宅でいつまでも美しく、元気でいる為の福祉美容の講演と実演を行います。

◉**講師・実演** CutClub スタッフ ネイルサロンジュエル スタッフ

◉**問合せ先** 南地域包括支援センター（☎45-2299）

家族介護教室 知って得する腰痛予防

◉**とき** 5月24日（月）午後1時30分～3時

◉**ところ** 境港市保健相談センター講堂

◉**内容**

◇腰痛の仕組み（講義）

◇腰痛予防体操（実技）

◉**講師** 済生会境港総合病院リハビリテーション科技士長 理学療法士 小山巧さん

◉**その他** 動きやすい服装でお越しください。

◉**申込み・問合せ先** 北地域包括支援センター（☎42-3136）

ぼちぼちクラブ

心の病気で治療している人の集う場所、憩いの場です。家で過ごすことが多く、運動不足を感じている人、ぜひご参加ください。

◉**とき** 5月19日（水）午後0時45分～2時30分

◉**ところ** 境港市保健相談センター1階 講堂

◉**内容** ストレッチ体操

◉**講師** 健康運動指導士 梅木千賀子さん

◉**申込み期限** 前日までに電話等でお申し込みの上、運動のできる服装でお越しください。

◉**申込み・問合せ先** 福祉課（☎47-1121）

美保基地航空祭

◉**とき** 5月23日（日）午前9時～午後3時

◉**ところ** 航空自衛隊美保基地

◉**内容**

◇航空機地上展示・航空機展示飛行・主要装備品展示

◉**駐車場等**

◇飛行場南地区

◇基地の北および西側（有料シャトルバス有り）

※混雑が予想されますので、公共交通機関のご利用をお勧めします。

また「はまるーぷバス」の運行の乱れも予想されますのでご了承ください。

【注意事項】

◇自家用車での基地内乗り入れはできません。

◇「身体障がい者補助犬」以外の動物を連れての来場は一切できません。

◇飛行場地区内でシート類、いすおよび脚立、三脚等は使用できません。また、カバン、ケース等に腰掛けての見学は他のお客さんの迷惑になりますので、ご遠慮ください。

◇ごみ等は各自で必ずお持ち帰りください。

◇障がい者の皆さんのご来場につきましては、基地ホームページでご確認いただくか基地渉外室へお問合せください。

◉**問合せ先** 航空自衛隊美保基地渉外室広報班（☎45-0211（代表））

◉**電子メール** 3taw-adm010@inet.asdf.mod.go.jp

◉**ホームページ** http://www.mod.go.jp/asdf/miho/