

講座・催し

骨密度測定

かかとの超音波検査で骨密度を測定します。

▼日時 9月15日(水)10時、10時30分、11時、11時30分

▼会場 中央公民館

▼対象 市内在住の20歳以上の女性(今年度まだ骨密度測定を受けていない方)

▼申込方法 電話または健康増進課で申し込み

▼申込開始日 8月2日(月)

※定員になり次第受付終了。

▼参加費 無料

☎ 0475(72)8321



あなたの夢をカタチに おおあみ創業塾2021

市商工会では、創業に興味がある方、独立開業を考えている方のためにセミナーを開催します。創業に必要な基礎知識から成功するための実践的なノウハウを分かりやすく学べます。夢の実現に向けた第一歩としてご参加ください。

▼開催日・内容

・9月4日(土) 創業とは、先輩起業家の体験談、ビジネスプラン作成(基礎)

・9月11日(土) 創業時の資金計画の立て方、ビジネスプラン作成(計数計画)

・9月18日(土) 会社設立の手



続き、人材育成、労務管理の知識、会計・税務の基礎知識
・9月25日(土) ビジネスプラン作成(ブラッシュアップ)、ビジネスプラン発表とフィードバック

▼時間 10時~17時

▼会場 市商工会2階大会議室

▼募集人数 20人

▼参加費 無料

▼その他 全4回全て受講した方は融資の優遇措置など各種施策が利用できます。

詳細は、ホームページをご覧ください。

☎ 0475(72)0239

☎ <https://www.oamijp/>

☎ 0475(70)0356

☎ 0475(70)0356

☎ 0475(70)0356

認知症予防のための ウォーキング講座

歩くことは認知症予防にも効果があるとされています。いつまでも自分の力で歩けるように、正しい歩き方を身に付けましょう。

▼日時 8月23日(月)14時~16時

▼会場 保健文化センター3階ホール

▼対象 市内在住の65歳以上の方

▼募集人数 30人

▼申込方法 電話にて申し込み

▼参加費 無料

▼持ち物 飲み物・汗拭きタオル・運動できる服装

▼その他 感染症予防のため、マスク着用の上ご参加ください。講座は室内で行います。

☎ 0475(70)0439

☎ 0475(70)0439

☎ 0475(70)0439

気になったらすぐ相談 「もの忘れ相談会」

もの忘れ、認知症のことで悩んでいませんか。認知症の不安を持つ高齢者、認知症(疑い含む)高齢者および介護をしている家族等に対する相談会を開催します。

▼日時 8月13日(金)、10月8日(金)、12月10日(金)

▼会場 保健文化センター3階ホール

▼対象 市内在住の65歳以上の方

▼募集人数 20人程度(事前申込制)

▼参加費 無料

▼申込方法 電話またはファクス

☎ 0475(77)7531

☎ 0475(77)7538

☎ 0475(77)7538

☎ 0475(77)7538

☎ 0475(77)7538

☎ 0475(77)7538

☎ 0475(77)7538

☎ 0475(77)7538

☎ 0475(77)7538

☎ 0475(77)7538

☎ 0475(77)7538

☎ 0475(77)7538

☎ 0475(77)7538

☎ 0475(77)7538

☎ 0475(77)7538

☎ 0475(77)7538

☎ 0475(77)7538

☎ 0475(77)7538

☎ 0475(77)7538

☎ 0475(77)7538

☎ 0475(77)7538

☎ 0475(77)7538

☎ 0475(77)7538

☎ 0475(77)7538

☎ 0475(77)7538

☎ 0475(77)7538

☎ 0475(77)7538

☎ 0475(77)7538

③15時~15時45分
※予約制。随時受け付け。
▼会場 中央公民館2階談話室
▼内容 専門職(保健師、社会福祉士、介護支援専門員等)による認知症の個別相談

▼対象 市内在住で、もの忘れや認知症について不安がある方や家族、事業所

▼参加費 無料

☎ 0475(70)0439

☎ 0475(70)0439

☎ 0475(70)0439

☎ 0475(70)0439

☎ 0475(70)0439

☎ 0475(70)0439

☎ 0475(70)0439

☎ 0475(70)0439

☎ 0475(70)0439

☎ 0475(70)0439

☎ 0475(70)0439

☎ 0475(70)0439

☎ 0475(70)0439

☎ 0475(70)0439

☎ 0475(70)0439

☎ 0475(70)0439

☎ 0475(70)0439

☎ 0475(70)0439

☎ 0475(70)0439

☎ 0475(70)0439

☎ 0475(70)0439

☎ 0475(70)0439

☎ 0475(70)0439

☎ 0475(70)0439

☎ 0475(70)0439

☎ 0475(70)0439

☎ 0475(70)0439

☎ 0475(70)0439

☎ 0475(70)0439

☎ 0475(70)0439

☎ 0475(70)0439

☎ 0475(70)0439

☎ 0475(70)0439

☎ 0475(70)0439

☎ 0475(70)0439

☎ 0475(70)0439

☎ 0475(70)0439

☎ 0475(70)0439

☎ 0475(70)0439

代ともに無料
詳細は電話で問い合わせ、または「稲毛ペコリーノ」で検索してください。

☎ 043(306)8520

☎ 043(306)8521

☎ 043(306)8521

☎ 043(306)8521

☎ 043(306)8521

☎ 043(306)8521

☎ 043(306)8521

☎ 043(306)8521

☎ 043(306)8521

☎ 043(306)8521

☎ 043(306)8521

☎ 043(306)8521

☎ 043(306)8521

☎ 043(306)8521

☎ 043(306)8521

☎ 043(306)8521

☎ 043(306)8521

☎ 043(306)8521

☎ 043(306)8521

☎ 043(306)8521

☎ 043(306)8521

☎ 043(306)8521

☎ 043(306)8521

☎ 043(306)8521

☎ 043(306)8521

☎ 043(306)8521

☎ 043(306)8521

☎ 043(306)8521

☎ 043(306)8521

☎ 043(306)8521

☎ 043(306)8521

☎ 043(306)8521

☎ 043(306)8521

☎ 043(306)8521

☎ 043(306)8521

☎ 043(306)8521

☎ 043(306)8521

☎ 043(306)8521

☎ 043(306)8521

☎ 043(306)8521

☎ 043(306)8521

ひきこもり個別相談会

ひとりで悩みを抱えます、まずは話をしてみませんか。ちよつとしたヒントが生まれるかもしれません。

▼日時 8月16日(月)13時~15時

▼会場 中央公民館

▼対象 ひきこもりの家族を抱えた方、ひきこもりの方、不登校、外に出ることが苦手な方(市内在住。市外の方はご相談ください)

▼募集人数 3組(先着順、1組1時間)

▼参加費 無料

※送迎はご相談ください。

☎ 0475(77)7531

☎ 0475(77)7538

☎ 0475(77)7538

☎ 0475(77)7538

☎ 0475(77)7538

☎ 0475(77)7538

☎ 0475(77)7538

☎ 0475(77)7538

☎ 0475(77)7538

☎ 0475(77)7538

☎ 0475(77)7538

☎ 0475(77)7538

☎ 0475(77)7538

☎ 0475(77)7538

☎ 0475(77)7538

☎ 0475(77)7538

☎ 0475(77)7538

☎ 0475(77)7538

☎ 0475(77)7538

☎ 0475(77)7538

☎ 0475(77)7538

☎ 0475(77)7538

☎ 0475(77)7538

☎ 0475(77)7538

☎ 0475(77)7538

☎ 0475(77)7538



「オリ・パラ」サマーセッションin東金 オンラインポッチャ選手権

新型コロナウイルス感染防止のためオンラインによる開催とし、職場・家庭からの参加となります。ふるって参加ください。

※QRコードより申し込みください。



▶日時 8月18日(水)13時~16時55分(受付12時30分)

▶会場 千葉県立東金特別支援学校

▶内容

①web会議システム(zoom)を活用した、オンライン上でのポッチャ選手権

・予選リーグ(10リーグ)

・決勝トーナメント(各予選リーグ1位)

②講演「パラリンピックで伝えたいこと(仮)」(講師:マセソン美季氏(冬季長野パラリンピックアイススレッジスピードレース金メダリスト))

▶参加費=無料

事前に電話にて申し込みください(8月6日(金)締切)。

☎ 0475(52)2542

☎ 0475(52)2542