

募 集

放送大学受講生

放送大学(テレビ・インターネットなどで授業を行う通信制の大学)の受講生を募集しています。
[募集期間] 9月11日(木)まで
詳細はお問い合わせください。
問 放送大学徳島学習センター(☎602-0151 ☎602-0152)

催 し

プロスポーツチームを
応援しよう！

◆徳島インディゴソックス

日 場 下表のとおり

開催日	場所	対戦チーム
7月1日(火) 18：00～	むつみ	福岡ソフトバンクホークス3軍
7月2日(水) 18：00～	むつみ	福岡ソフトバンクホークス3軍
7月3日(木) 18：00～※	むつみ	福岡ソフトバンクホークス3軍
7月4日(金) 18：00～	むつみ	高知ファイティングドッグス
7月5日(土) 13：00～	蛇王球場	愛媛マングリンパイレーツ
7月6日(日) 18：00～	アグリあなん	愛媛マングリンパイレーツ

※7月3日(木)は、予備日・練習試合。

◆徳島ヴォルティス

日 7月5日(土)19：00

[対戦チーム] 藤枝MYFC

場 鳴門・大塚スポーツパークポカリスエットスタジアム
◇ ◇ ◇ ◇ ◇

チケット情報など、詳しくは各チームHPをご確認ください。



問 文化スポーツ振興課(☎621-5318 ☎624-1281)

ニュースポーツのつどい

開催種目はカローリングとペタンク、バウンスボール。申し込み不要。直接会場へ。

日 6月28日(土)9：00～12：00

場 内町小学校体育館・運動場

対 市民準体育館シューズ

参加する際は、市HP



問 文化スポーツ振興課(☎621-5318 ☎624-1281)

徳島ガラスワークショップ展

徳島ガラススタジオのガラス講座受講生が昨年8月から1年間の間に制作したガラス作品(約300点)を展示、一部販売あり。



日 7月4日(金)～6日(日)9：00～19：00※6日(日)は17：00まで。

場 シビックセンター3階ギャラリー

◆ガラス体験も実施

期間中、会場ではアクセサリやミラーなどを作るガラス体験も実施します。体験の受け付けは、9：00～16：00※6日(日)は15：00まで。



詳しくは、徳島ガラススタジオHPをご確認ください。



ださい。

問 徳島ガラススタジオ(☎669-1195 ☎669-1221)

阿波おどり会館まつり

開館26周年を記念し、阿波おどり会館まつりを開催します。

◆ちびっこ特別公演

有名連に所属する子どもたちを中心とした特別公演。

日 7月19日(土)13：00～、15：00～
※各回60分、定員250人。☎▶前売り券(販売は6月30日(月)まで、各回100枚限定)=大人1,700円、小・中学生800円▶当日券=大人1,900円、小・中学生=1,000円

◆阿波おどりミュージアムが無料

阿波おどりの文化や歴史が学べる、阿波おどりミュージアムの入場料が無料になります。

日 7月19日(土)9：00～17：00

◇ ◇ ◇ ◇ ◇

問 阿波おどり会館(☎611-1611)

講座・教室

おひとりさまの終活講演会

「まずは書いてみよう！遺言書～自筆遺言証書作成のポイント」自筆遺言証書は何度でも書き直すことができます。書きながら老後の安心について考えてみませんか。※参加無料。

[講師] 濱野昌弘さん(徳島公証役場公証人)

日 7月2日(水)10：00～11：30

場 ふれあい健康館第2会議室

員 50人(先着)

申 6月25日(水)までに電話または

ファクスで〈名前/住所/電話番号〉を徳島市社会福祉協議会へ

問 徳島市社会福祉協議会(☎679-8679 ☎625-4377)

とくしま植物園
Flower Diaries

夏のアレンジメント。

日 7月15日(火)

10：00～12：00



対 市内在住・在学・在勤の人

員 20人(抽選)☎3,500円

申 6月25日(水)(消印有効)まで

詳しくは、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)

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と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わかりやすく解説。

日 7月16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)

手話奉仕員養成講座

聴覚障害者理解や認識を深め、手話を習得し日常会話ができることを目指し、手話奉仕員養成講座を開催します。

日 8月1日(金)～10月28日(火)の毎週火・金曜日19：00～20：40
※一部18：30開始。場 ふれあい健康館対市内在住・在学・在勤ノ

ふれあい健康館 各講座

◆コミカレ短期講座

講座名	日時	定員	受講料
灰汁発酵建てによる藍染め体験をしよう(全8回)	7月6日(日)～9月21日(日) 7月27日、8月3日・17日、9月14日を除く 毎週日曜日13:30～15:30	15人	8,800円
ホームベーカリーで作るレモンカスタードクリームパン	7月7日(月) ①10:00～12:00 ②13:30～15:30	各12人	2,400円
夏の茶の湯 気軽に茶道体験講座	7月9日(水)18:30～20:00	15人	1,100円
キッズフックिंग～サバタツタサンド～	7月13日(日)9:30～11:30	28人	2,300円
お肌のトラブルを防ごう！ベビースキンケア教室	7月15日(火)13:00～14:15	15組	1,600円
大人のコーヒー講座「基本編」	7月20日(日) ①10:00～11:30 ②13:30～15:00	各15人	2,000円

※受講料は材料費込み。

申 講座開始の10日前までに電子申請、電話または、はがき(1枚1講座)に〈住所/名前/性別/年齢/電話番号/希望の講座名〉を記入し、ふれあい健康館へ

◆ふれあいパソコン「ワードで作る絵手紙・初級」

パソコンで色をつけ、絵手紙を作ります。

日 7月29日(火)13：00～15：00対パソコンの基本操作が出来る人

員 9人(先着)☎2,300円準USBメモリ

申 7月19日(土)までに電話で同館へ

◇ ◇ ◇ ◇ ◇

問 ふれあい健康館(☎657-0194 ☎657-0189 〒770-8053 沖浜東2-16)



元気高齢者づくり事業を実施しています

運動指導者によるチューブ・軽量ダンベル・ボールを使った運動やレクリエーションを行うほか、看護師による健康チェック(血圧測定)などを実施します。まずは、週1・2回、2時間程度の運動から、介護予防を始めてみませんか。

【開催場所】

右表のとおり

対 医師から運動制限を受けていない65歳以上の人

☎ 1回300円

開催状況や参加方法、定員に関することは、希望地区の協力NPO法人にお問い合わせください。定員に達した場合はお断りすることがあります。

問 健康長寿課(☎621-5574 ☎655-6560)

地区	曜日	時間	開催場所	協力NPO法人
内町	月・木	9:30～11:30	内町コミュニティセンターアミコ館	どリーまあサービス(☎626-3237)
昭和	水・金	10:00～12:00	昭和コミュニティセンター	
沖洲	月・木	13:00～15:00 9:30～11:30	沖洲コミュニティセンター	
多家良	木	10:00～12:00	丈六コミュニティセンター	
不動	火	9:30～11:30	不動総合センター	
南井上	火・金	9:30～11:30 13:00～15:00	南井上コミュニティセンター	大きなエプロン(☎624-0786)
新町	月	9:30～11:30	新町公民館	
渭北	月	13:00～15:00	渭北コミュニティセンター	
佐古	水・金	9:30～11:30	佐古コミュニティセンター	
加茂名	火・木	9:30～11:30	加茂名コミュニティセンター	
勝占	月	9:30～11:30	勝占東部コミュニティセンター	医療と福祉をつなぐ会(☎611-0222)
上八万	木	13:00～15:00	上八万コミュニティセンター	
応神	火・金	9:30～11:30	応神コミュニティセンター	
渭東	月	9:30～11:30	住吉・城東コミュニティセンター	
八万	月・金	9:30～11:30	八万中央コミュニティセンター	
川内	月・金	9:30～11:30	川内公民館	
津田	月	13:00～15:00	徳島市勤労者体育館	
国府	月・木	9:30～11:30	国府コミュニティセンター	