募　集

パークアドプト参加団体

徳島市が管理する公園のアドプト活動（除草や清掃など）を行う団体を募集しています。

参加団体には、用具の貸与やボランティア活動保険への加入費などを支援します。

対年３回以上の活動が可能で、５人以上の団体（NPO、企業、町内会、サークルなど）事前に公園緑地課へご相談ください。

問公園緑地課（☎621-5301 FAX621-5273）

催　し

エンジョイ・イングリッシュ

外国人の先生による英語の絵本の読み聞かせや歌、ゲームなど。

日11月22日㈯10：00～10：50

場ふれあい健康館２階和室

対小学生以下（幼児は保護者同伴）

問徳島市国際交流協会（☎622-6066　FAX624-3169）

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11月28日㈯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をご確認ください。

問文化スポーツ振興課（☎621-5318　FAX624-1281）

とくしま好古楽倶楽部

奈良・平安時代に使用された人形代というまつりの道具をつくるとともに、当時のまつりと習俗について解説。

日12月13日㈰13：00～16：00

場考古資料館　対小学生以上（小学生は保護者同伴）

員30人（先着）

申電話または直接、考古資料館へ

問考古資料館（☎637-2526 FAX642-6916）

徳島少年鑑別所・法務少年支援センター見学会

少年鑑別所および法務少年支援センターの業務説明、施設見学など。※携帯電話、カメラなどの持ち込みはできません。

日11月28日㈯10：00～11：30

場徳島少年鑑別所（助任本町５）

員20人（先着）

申11月25日㈫までに、電話で徳島少年鑑別所へ

問徳島少年鑑別所（☎652-5606（内線２））

講座・教室

徳島ガラスまつり



手作りガラス作品の展示販売やこのときだけの特別ガラス体験を実施します。

日11月21日㈯・22日㈰９：00～17：00（22日は16：00まで）

場徳島ガラススタジオ　¥2,200円

詳しくは、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　FAX669-1221）

観光ガイドボランティア養成講座

徳島市の観光ガイドボランティアの養成講座を開催（全３回）。

日令和９年１月30日㈯、２月13日㈯・27日㈯各日10：00～16：00　対20～65歳程度の人

¥2,500円（資料代）

申12月15日㈫（必着）までに、申込書（広域観光案内ステーションで配布）を、郵送、ファクスまたは直接、とくしま観光ガイドボランティア会（〒770-0834　元町１-24アミコビル１階　広域観光案内ステーション）へ

詳細はお問い合わせください。

問とくしま観光ボランティア会（☎655-1910）、にぎわい交流課（☎621-5232　FAX621-5457）

人権教育・啓発専門講座

「一人ひとりが尊重される社会に向けて～子どもたちの幸せのために～」と題した講座を開催。

［講師］竹中　章公さん（徳島市人権教育・啓発講師団講師）

日12月９日㈬14：30～16：00

場ホテル千秋閣７階　鳳の間

員70人

申12月２日㈬までに電話で人権推進課へ

問人権推進課（☎621-5167 FAX655-7758）

リサイクル講座

ツルと木の実など自然素材を使ってクリスマスリースをつくりながら自然環境やリサイクルについて考えます。

日11月30日㈪13：30～15：00

場シビックセンター 活動室２（アミコビル４階）

対徳島市・石井町・神山町・佐那河内村に在住の人

員10人（先着）

申電話で消費生活センターへ

問消費生活センター（☎625-2326　FAX625-2365）

健　康

20・30歳代の健康チェック

自身の健康状態を知り、生活習慣を振り返ることは、生活習慣病の予防に効果的です。血圧・骨密度・体組成測定、尿検査、健康相談、栄養相談などを実施します。

日12月23日㈫、令和９年１月27日㈫各日13：00～15：00

場ふれあい健康館２階健康相談室

対20～39歳の市民

申電子申請または電話で健康長寿課へ

詳しくは市HPをご確認ください。

問健康長寿課（☎621-5521 FAX655-6560）

高齢者肺炎球菌ワクチン

肺炎は、日本の死亡原因の上位であり、成人の肺炎の約２～３割は、肺炎球菌という細菌により引き起こされるとの報告があります。予防接種で重症化を防ぐ効果が期待できます。

対▶接種日に65歳で肺炎球菌ワクチンの接種が初めての人※対象者には65歳の誕生月の翌月に個人通知をします。令和７年度に65歳の対象だった人も66歳の誕生日前日まで接種できます。

▶60～64歳までの人で、心臓、腎臓、呼吸器などに重い病気のある人も対象となる場合があります↗

ふれあい健康館 コミカレ短期講座

講座名	日時	定員	受講料
産後のための骨盤ケア	11月30日㈪、12月14日㈪・21日㈪ 各日10：30～11：30	10組	2,800円
クリスマス彩りクッキング	12月４日㈮ 10：00～12：00	20人	1,600円
親子で作るおかしのおうちレッスン	12月６日㈰ ①10：00～11：30 ②13：00～14：30	各12組	3,000円
コーヒーの淹れ方とコーヒー豆のクッキー作り	12月20日㈰ ①10：00～11：30 ②13：30～15：00	各15人	2,200円
お正月洋風リース作り	12月20日㈰ 13：30～15：00	25人	1,500円
お正月生花アレンジメント	12月27日㈰ 13：30～15：00	25人	1,800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、電話またははがきでふれあい健康館（〒770-8053　沖浜東２-16）へ

問ふれあい健康館（☎657-0194　FAX657-0189）

介護予防運動教室

元気で自立した日常生活を続けるために、運動の大切さや毎日実践できる運動プログラムを学ぶ教室を開催。

施設名	日程	定員
デイサービスとみだ★（中昭和町３）	金曜　13：30	5人
三成会　キュアセンター（南矢三町三）	火曜　15：00	2人
ケアハウス　エルベ★（勝占町松成）	月曜　9：30	4人
健祥会　デイセンター一心太助（南沖洲四）	月曜　10：00	3人
国府リハビリテーション　フェニックス（国府町井戸）	水曜　15：00	3人
健祥会　デイサービスセンター徳島★（国府町東高輪）	木曜　10：00	3人

令和９年１月から３カ月毎週実施。★の施設は送迎あり（１回300円）

対65歳以上の市民で、次のいずれかに該当する人▶介護予防・日常生活支援総合事業における事業対象者▶介護保険の要支援認定を受けている（通所系サービスとの併用不可）

申電話で地域包括支援センター（☎0120-24-6423）へ。申し込み受け付け後、同センターの職員が訪問し契約手続きのお手伝いをします。

問健康長寿課（☎621-5574　FAX655-6560）