

お知らせのマークの見方

- ◎料金の記載のないものは無料です。
- ◎マークの見方
  - 時=期日(期間)/時間 場=会場
  - 内=内容 講=講師 題=演題
  - 出=出演 曲=曲目 相=相談員
  - 対=対象 定=定員 料=料金
  - 持=持物 申=申込
- ▷市民大学あしかが学校の講座
- ☑=必修 認=認定

認知症の方やご家族のための

たかろばカフェ

元気高齢課・☎2135  
 時 3月14日(水)/午後1時30分〜  
 3時30分 場 ピーターパン(元学  
 町) 内 認知症の方や家族同士の  
 交流の場 申 事前に電話で同課

県南地区認知症講演会

認知症の理解

元気高齢課・☎2135  
 時 3月31日(土)/午後2時〜4時  
 場 市民プラザ小ホール 内 認知症  
 の人と家族を地域で支えていく  
 ために、若年期から老年期まで  
 の認知症の理解を深める 講 足利  
 富士見台病院認知症疾患医療セ  
 ンター 長・根岸協一郎さん 定

150人 申 事前に電話で地域  
 包括支援センター清明苑(☎41  
 1281)

口腔ケア研究会 市民公開講座  
 認知症と食、口から足利を元気に

足利歯科医師会・☎20661  
 時 3月24日(土)/午後2時〜5時  
 場 市民プラザ小ホール 講 順天堂  
 大学医学部付属浦安病院医師・  
 見川彩子さん、足利赤十字病院  
 医師・尾崎研一郎さん 定 200  
 人 申 事前申し込み不要

献血にご協力ください

栃木県赤十字血液センター  
 ☎028・659・0114

主催 足利南ライオンズクラブ  
 時 3月20日(火)/午前10時〜正午  
 午後1時〜4時 場 アピタ・コム  
 ファースト駐車場 対 16歳から69  
 歳までの健康な方 持 献血カード  
 または本人確認できるもの(運  
 転免許証、健康保険証など) ※  
 性感染症の検査目的は不可。性  
 感染症検査は、毎週火曜日の午  
 後1時から2時まで安足健康福  
 祉センター(☎41  
 5895)で実施  
 (要予約)。



専門職による個別健康相談

健康増進課・☎403115

3月			4月		
2日(金)	午前	歯食	11日(水)	午前	歯食
8日(木)	午前	健	20日(金)	午前	歯食
	午後	歯食	26日(木)	午後	健



場 保健センター 歯=歯科衛生士による歯と口の相談  
 申 事前に電話で同課 食=管理栄養士による食事の相談  
 ※1組45分程度。 健=看護師などによる健康相談

休日夜間急患診療所

足利赤十字病院健診棟1階内

内科・小児科 ☎201556

▷日曜・祝日=午前10時〜午後4時  
 ▷夜間(毎日)=午後7時〜10時

歯科 ☎201557

▷日曜・祝日=午前10時〜午後1時



生き生き元気のつどい

元気高齢課・☎202246

会場	時間	3月	4月
織姫公民館	午前 10時 ~ 11時 30分	20日(火)	17日(火)
助戸公民館		28日(水)	18日(水)
三重公民館		13日(火)	10日(火)
山辺公民館		15日(木)	19日(木)
北幸楽荘		26日(月)	23日(月)
富田公民館		16日(金)	13日(金)
山前公民館		2日(金)	13日(金)
毛野体育館	午後 2時 ~ 3時 30分	8日(木)	12日(木)
東幸楽荘		1日(木)	5日(木)
西幸楽荘		14日(水)	11日(水)
南幸楽荘		28日(水)	25日(水)
久野公民館		20日(火)	3月で終了します
北郷公民館	8日(木)	12日(木)	

内 認知症や介護を予防するための軽い体  
 操、脳のトレーニング、講話など 対 おお  
 むね65歳以上の方 申 事前に電話で同課

Pick Up! お知らせ 税 福祉 募集 子育て 健康 働く 講座教室 イベント 施設 相談



## ふるさとの山いつまでも美しく 足利の山クリーンハイク

同事務局(入江方)・☎⑦12665

時 4月1日(日)／①⑥⑦⑧＝午前8時集合、  
②③④⑤＝午前8時30分集合※小雨決行。

場内 コース(所要時間)、集合場所は次のとおり

①仙人ヶ岳(尾根コース) ⑥行道山～大岩野山  
健脚向き(5時間) 健脚向き(6時間)  
猪子トンネル東側広場 旧大岩サンフィール  
ド駐車場

②石尊山～深高山 ⑦大坊山  
一般向き(4時間) 一般向き(4時間)  
小俣町叶花集会所 山川長林寺付近

③小俣城山～姥穴山 ⑧大小山～大坊山  
一般向き(4時間) 健脚向き(4時間30分)  
小俣町叶花集会所 やまゆり学園駐車場

④湯殿山  
一般向き(4時間)  
葉鹿町彦谷自治会館

⑤織姫山～天狗山  
一般向き(4時間)  
さいこうふれあいセ  
ンター駐車場



対小学生以上※体力に合ったコースの選定を。  
料200円(保険料など)持雨具、ザック、水筒、弁当、登山の身支度など申はがきに住所、氏名、年齢、電話番号、コースを書いて、〒326-0836市内南大町426 入江あて郵送※当日申し込みも可。募集要項は各公民館にあり。

足利商工会議所・☎②1354  
FAX ②6294  
時 3月8日(木)／午後4時～7時  
30分場同会議所内▽第1部Ⅱ市  
内企業経営者による経営ノウハ  
ウなどについての講演▽第2部  
Ⅱ交流会対市内創業者、創業希  
望者、事業者料交流会のみ1千  
円※ドリンク、  
軽食付き。申3  
月6日(火)までに  
電話かファクス  
で同会議所



### ビジネスマッチングを応援

〈共通〉場県庁足利庁舎202会議室(伊勢町四丁目)申3月20日(火)午後4時までに電話で同事務所

## 働く

### 就職試験対策セミナー

商工振興課・☎②02157

時 3月8日  
(木)／午後1  
時30分～4  
時  
場生涯学  
習センター



内面接指導(マナー指導含む)、適性検査、応募書類に関するアドバイス対市内に在住か市内企業に就職を希望する方定10人申3月6日(火)までに電話で同課※セミナー終了後、希望者には個

### 青少年の職業的自立支援相談

商工振興課・☎②02157

時 3月16日(金)  
／午後1時～  
4時30分場市  
民会館206  
号室内就職や  
日常生活での  
悩みなど相産  
業カウンセラ  
ーなど対市内  
に在住か通勤  
している40  
歳未満の方や  
その親族、関  
係者など※求  
職活動中の方  
も



別のキャリアカウンセリングあり(申し込み時に要予約)。

可。申3月14日(水)までに電話で栃木県若年者支援機構(☎028-678-4745)

### 就職応援セミナー・巡回相談会

足利労政事務所・☎④1241

▼就職応援セミナーⅡ時 3月22日(木)／午前10時30分～正午内就職活動の心構え、履歴書の書き方、面接の受け方

▼巡回相談会Ⅱ時同日／午後1時～4時内就労に関する専門スタッフによる就職活動へのアドバイス、就職相談、履歴書の書き方、面接の受け方

## 3月の刃物研ぎ

シルバー人材センター  
☎④1511



時 午前9時30分～午後1時  
▷13日(火)＝北郷公民館  
▷14日(水)＝御厨公民館  
▷20日(火)＝葉鹿公民館  
▷22日(木)＝シルバー人材センター  
▷27日(火)＝さいこうふれあいセンター  
▷28日(水)＝山辺公民館  
料 包丁500円から