

自分みがき講座 「わくわく自分力アップレッスン」 ～自分の魅力に気づいて人生を豊かなものに～



最近、楽しいこと考えていますか？わくわくする毎日を過ごしていますか？

“自分”と向き合う講座をとおして、新たな自分と出会うかもしれません。生まれ持ったあなた独自の魅力をたくさん知り、キラキラ輝く人生にしましょう！

●講師…小玉 康代 氏 (TCS認定コーチ、マザーズティーチャー)

【男性クラス】

㉑(Ⅰ)7月21日(木)、28日(木)、8月4日(木) 午後7時30分～9時
㉒(Ⅱ)10月6日(木)、13日(木)、20日(木) 午後7時30分～9時

定各10人 ※市内在住、在勤者優先

☑️独身男性

【女性クラス】

㉑(Ⅰ)7月19日(火)、26日(火)、8月4日(木) 午後7時30分～9時
㉒(Ⅱ)10月4日(火)、11日(火)、20日(木) 午後7時30分～9時

定各10人 ※市内在住、在勤者優先

☑️独身女性

【共通事項】

☑️(Ⅰ)原城オアシスセンター、(Ⅱ)西有家総合学習センターカムス
料無料

☑️(STEP1) 自分の知らない自分と出会ってみよう
(STEP2) わくわくライフプラン
(STEP3) おしゃべり交流会

※(Ⅰ)と(Ⅱ)は同じ内容で行います。

☑️(Ⅰ)7月14日(木)、(Ⅱ)9月29日(木)

☑️電話、FAX、Eメールで申し込んでください。

☑️生涯学習課

☎050(3381)5082 FAX:0957(85)2767

Eメール:gakushuu@city.minamishimabara.lg.jp

宝くじは県内で 購入しましょう

収益金は市町村の明るく住みよいまちづくりに使われます。

宝くじは県内で購入しましょう。

●発売期間…7月6日(水)～29日(金)



ご寄附ありがとうございます ございます

次の皆さんから、寄附をいただきました。厚くお礼申し上げます。

—敬称略—

▼一般寄附

・水田 信恵(深江町)

▼福祉寄附

・野原 ヒロコ(有家町)

▼教育寄附

・横田 清廣(深江町)

ためにもぜひご参加ください。専門職の講師がわかりやすく説明します。

●開催日

7/27(水)	口之津老人福祉センター
8/26(金)	有家町堂崎公民館
9/28(水)	北有馬ピロティ文化センター日野江
10/28(金)	布津世紀の泉

●開催時間…午後1時30分～3時

☑️開催日の1週間前まで(当日参加可)

☑️電話、FAX、Eメール

☑️南島原市社会福祉協議会

☎0957(65)2887

FAX0957(82)0813

Eメール:kenri@minashimashakyo.or.jp

生活習慣についての アンケートを実施

調査票が手元に届いた人は回答をお願いします。

●目的…県の健康づくり施策を、より実態に即したものにするため、生活習慣や健康意識の状況を把握し、今後の健康づくり施策の基礎資料とする。

●内容…長崎県健康増進計画「健康ながさき21(第2次)」(平成25～34年度)の目標項目に沿った質問

●期間…7月1日(金)～30日(土)
☑️8,000人(住民基本台帳に記載された県内在住の20歳以上の人で無作為に抽出された人)

●方法…郵送による調査票の配付、回収

●集計結果…県のホームページに掲載。

☑️南島原市健康増進課

☎095(895)2495

幅広い分野を学ぶことができます。

●出願期間

(1回目)8月31日(水)

(2回目)9月20日(火)

※資料を無料で差し上げますのでお気軽にご請求ください。

☑️放送大学長崎学習センター

☎095(813)1317

思春期相談



●こんなことで悩んでいませんか？

- ・友達とうまくつきあえない
- ・イライラしてしまう、落ち着かない
- ・気分がさえない
- ・夜、よく眠れない
- ・人からどう思われているかひどく気になる など

お気軽にご相談ください。

☑️南島原市保健所 地域保健課

☎0957(62)3289

よくわかる 「成年後見活用講座」



成年後見制度は判断能力に支障がある人を支える心強い制度です。「もし認知症になったら」「知的障がいの子どもの将来が心配」などの不安はありませんか？将来の不安軽減の

家庭教育支援 「わくわく広場」



子育てに役立つ講座を開催します。お母さん1人でも、子ども連れでも大丈夫です。

【共通事項】

☑️中学生までの子どもがいる保護者

☑️ありえこレジヨホール

☑️3日前までに電話などで申し込んでください。

①お母さんへの読み語り

☑️7月1日(金) 午後2時～3時

●講師…図書館職員、家庭教育支援員

②家族ケア(ハンドマッサージ)

☑️7月15日(金) 午後2時～3時

●講師…スイトピー 秋元伊津子さん、佐藤典子さん

③親子で遊ぶ工作教室(乳幼児対象)

☑️7月29日(金) 午後2時～3時

●講師…家庭教育支援員

☑️生涯学習課

☎050(3381)5082

FAX0957(85)2767

Eメール:gakushuu@city.minamishimabara.lg.jp

放送大学10月生 募集のお知らせ

放送大学では平成28年度第2学期(10月入学)の学生を募集中です。

放送大学はテレビなどを通じて学ぶ通信制の大学です。心理学・福祉・経済・歴史・文学・自然科学など、

お知らせ

毎年10月は加入促進強化月間です。

詳しくはホームページへ
中退共 検索

お問合せはお気軽に
(独)勤労者退職金共済機構
中小企業退職金共済事業本部

TEL (03)6907-1234
FAX (03)5955-8211

簡単 納付状況や退職金試算額を事業主に知らせます。

有利 社外積立て管理も簡単

安全 掛金は全額非課税
手数料もかかりません。

国の制度だから安心

新規加入や掛金を増額する場合、掛金の一部を国が助成します。

退職金

中退共の退職金制度なら

社長の決断、応援します。

広告

九州電力の会員サイト
キレイライフプラスのご案内

電気料金・使用量をWebで確認
使用量超過メールで使いすぎ防止

お客様にピッタリの料金プランをお知らせ
九州の「旬な情報」をお届け

九州電力 九州電力南島原営業所

お任せください! シロアリ駆除

創業昭和四年

松尾白蟻

南島原市加津佐町

☎(0957)87-5112