

# Living information

## 高齢者・福祉

### さわやか体操教室



同一教室を前回受講された人は申込み不可・他会場のさわやか運動教室と同時参加不可

#### 【芦屋市体育協会】

**日 & 内** ① 7月1日～9月23日(水・11回)午前10時～11時15分/脳を刺激(コーディネーション運動)②7月2日～9月24日(木・11回)午前10時～11時15分/自力整体 **所** 老人福祉会館 **人** 65歳以上・15人(医師に運動を制限されている人は参加不可) **持** お茶・タオル・上履き **申** 6月1日～4日に下記へ(初心者優先、応募多数抽選) **問** 芦屋市体育協会 ☎080-1405-4979

#### 【セントラルウェルネスクラブ芦屋】

**日** 7月2日～9月24日(木・11回)①午前10時～11時30分②午後1時～2時30分 **内** 椅子体操・脳のリフレッシュ体操ほか **人** 65歳以上・各15人 **持** お茶・タオル・上履き **申** 6月12日～19日午前10時～午後7時に電話で下記へ(初心者優先、応募多数抽選) **所 & 問** セントラルウェルネスクラブ芦屋 ☎38-2525

#### 【アクティブライフ芦屋】

**日** 7月2日～9月10日(木・10回)午前10時～11時30分 **内** 足腰元氣! 転ばん体操 **人** 65歳以上・12人 **持** お茶・タオル・上履き **申** 6月1日～5日午前9時～午後5時に下記へ(初心者優先、応募多数抽選、結果は郵送) **所 & 問** アクティブライフ芦屋 ☎34-6500

#### 【介護予防センター】

**日 & 内** ① 7月6日～9月28日(月・11回)午後2時～3時30分「脳を刺激(コーディネーション運動)」②7月7日～9月29日(火・11回)午後1時30分～3時「しなやかな動きづくり」 **人** 65歳以上・各20人(医師に運動を制限されている人は参加不可)

**持** お茶・タオル・上履き **申** 6月1日～4日に下記へ(初心者優先、応募多数抽選) **所 & 問** 介護予防センター ☎31-0628

### 社会福祉協議会の催し

#### 【ワンコインサロン】

**日 & 内** 6月12日(金)「ナンブレ」19日(金)「手芸～わくわくモンキー」26日(金)「絵手紙」・午前10時30分～ **所** 保健福祉センター **人** 60歳以上・各15人 **費** 100円(別途要材料費)

**申** 6月1日(月)午前9時から電話で下記へ **問** 社会福祉協議会 ☎32-7525

#### 【しょうがい者とのスポーツ交流ひろば】

**日** 6月16日(火)午後1時30分～



3時30分 **所** 保健福祉センター **内** 障がい者スポーツ種目の体験 **人** 市内在住・在勤・在学 **申 & 問** 社会福祉協議会 ☎32-7530/スポーツ推進課 ☎22-7910

#### 【おしゃべりサロン】

**日** 7月8日(水)午前10時30分～正午 **所** 保健福祉センター **内** 手のひらサイズのかわいい多肉植物の寄せ植え **人** 市内在住・在勤の人・15人(ファミサポ会員優先) **費** 1,000円 **申 & 問** ファミリー・サポート・センター ☎25-0521

## 講習・講座

### 総合公園の園芸講習会

**日 & 内** ① 6月11日(木)午前10時30分～正午「育てて食べて楽しい野菜作り」②18日(木)午前10時30分～正午「炭で育てる観葉植物」③20日(土)午前10時30分～正午「ソープレフラワーアレンジ」④21日(日)午後1時30分～3時「たねのバッジづくり(子ども親子歓迎)」⑤22日(月)午後1時30分～3時「葉っぱもステキカラフルコンテナガーデン」⑥24日(水)午前10時30分～正午「園芸の基礎2 さし木と花の咲く木」⑦27日(土)午前10時30分～正午「簡単盆栽風寄せ植え」 **人** 各15人 **費** ①⑥500円②1,500円③⑦2,000円④⑤2,500円 **持** 筆記用具・持ち帰り用袋 **申** 講座開催日の1週間前までに下記へ **所 & 問** 総合公園 ☎38-2103/FAX25-2026/☒ ashiyasogo@mizuno.co.jp

凡例…**日**日時(日程) **所**会場・場所 **内**内容 **人**対象・定員 **師**講師  
**出**出演 **費**費用(記載のない催しは無料) **持**持ち物 **申**申し込み  
**問**問い合わせ

迎)」⑤22日(月)午後1時30分～3時「葉っぱもステキカラフルコンテナガーデン」⑥24日(水)午前10時30分～正午「園芸の基礎2 さし木と花の咲く木」⑦27日(土)午前10時30分～正午「簡単盆栽風寄せ植え」 **人** 各15人 **費** ①⑥500円②1,500円③⑦2,000円④⑤2,500円 **持** 筆記用具・持ち帰り用袋 **申** 講座開催日の1週間前までに下記へ **所 & 問** 総合公園 ☎38-2103/FAX25-2026/☒ ashiyasogo@mizuno.co.jp



### 普通救命講習

**日** 6月28日(日)午前9時30分～午後0時30分 **所** 消防庁舎 **内** 心肺蘇生法、AEDの取り扱い等※受講者へ「修了証」を交付 **人** 中学生以上の市内在住・在勤・在学・先着20人※団体は随時受付 **申** 27日(土)午後5時30分までに電話で下記へ **問** 消防本部救急課 ☎32-2345

### Windows10パソコン教室

**日** 7月15日・22日(水)①午前10時～正午②午後1時～3時 **内** 「女性のためのワード活用講座」ワード2016を使って、自治会などで活用できるようなチラシや案内文書を作成 **人** 2日間受講でき、文字入力のできる市内在住の初心者・各6人 **費** 1,000円 **持** 筆記用具・受講票・受講料 **申** 6月29日(月)必着で、はがきかファクスに、住所・氏名・年齢・電話番号・講座名・希望時間(①または②)を記入し下記へ(結果はがきで通知) **所**

& **問** 上宮川文化センター ☎22-9229/FAX22-1659/☎659-0061 上宮川町10-5

## 催し

### 一時保育つき

- ①大人の読書タイム
- ②自分の時間を過ごそう

**日** ① 6月15日(月) 16日(火)午前10時～正午② 6月20日(土)午前10時～正午 **人** 子育て中の親(祖父母も含む)と子ども(0歳6カ月以上の未就学児)※一時保育: 300円・6人 **申** 6月7日(日)までに下記へ(応募多数抽選) **所 & 問** 男女共同参画センター ☎38-2023/☒ josei-ce@city.ashiya.lg.jp

## 納期

【6月30日(火)まで】

#### ◆個人市民税・県民税(第1期分)

**問** 課税課市民税係 ☎38-2016

#### ◆法人市民税・事業所税

(決算月が4月の法人等)

※新型コロナウイルス感染症防止対策に伴い、やむを得ない理由により法人市民税・事業所税の申告・納付を期限内に行うことが困難となる場合、申し出があれば期限を延長します。下記までご相談ください。詳しくは市ホームページをご覧ください。



**問** 課税課管理係 ☎38-2015



芦屋市広報番組【あしやトライあんぐる放送時間】 11ch

①午前9時②正午③午後3時④午後6時⑤午後10時 <15分>