

男女共同参画家事等実践講座

「親子で日曜大工」

親子で日曜大工をしませんか？今回は「子ども用デッキチェア」を作ります。普段、日曜大工をする方も初心者の方も、どなたでも大歓迎です。ぜひ、ご応募ください。

時 2月1日(土)
午後2時～4時30分

所 基目寺公民館 実習室

対 市内在住の小学生と保護者

定 10組(先着順)

師 NPO法人海賊船代表理事
川合英治氏

料 1組500円

持 筆記用具

申 1月6日(月)から電話で受け付けます。

問 人権推進課

☎444・03988

FAX 441・83330

女性活躍交流会参加者募集

昨年引き続き女性活躍情報誌で紹介した方を招いて、女性活躍交流会を開催します。リラックスした雰囲気の中で、いろんな業種で活躍する女性たちと交流を深めませんか？将来自分らしい働き方を見つけた方、何かヒントが得られるはずですよ。

ぜひご参加ください。

時 2月22日(土) 午後2時～4時

所 七宝焼アートヴィレッジ交流ホール

料 500円程度(当日のお茶代)

定 30人(応募者多数の場合は抽選)
ゲスト 加藤美奈さん、武舎妙子さん(女性活躍情報誌vol.1掲載)

松下亜美さん(女性活躍情報誌vol.3掲載)

vol.3掲載)

他 託児あり(先着順)

申 電話、またはメール、FAX、郵送(住所、氏名、電話番号、託児有無を記入)、または窓口持参でお申し込みください。申込用紙は人権推進課窓口、市公式ウェブサイトにあります。

問 人権推進課

☎444・03988

FAX 441・83330

手作りおやつ教室



食生活改善推進員が作成したレシピ集を使って一緒におやつを作りますか？昔ながらのおやつ、手作りおやつのお良さ等振り返ってみましょう。

時 2月12日(水) 午前10時～正午

所 美和保健センター

対 市内在住の方

定 20人(先着順)

料 200円

持 エプロン、三角巾(バンダナ等)、ふきん2枚

催 あま市食生活改善推進員連絡協議会

申 1月6日(月)から美和保健センター窓口、または電話でお申し込みください。

問 美和保健センター

☎443・38838

FAX 443・38839

精神保健福祉相談会のお知らせ

「眠れない」、「気持ちが落ち込む」、「不安な気持ちが取れない」、「飲酒が原因の問題が多くなってきた」、「ひきこもり」等、悩みを一人で抱えていませんか。精神科医師が心に関する相談をお受けします。一人で悩まず、気軽にご相談ください。

時 2月21日(金)

午後1時30分～、午後2時10分～

所 基目寺保健センター

定 2人

申 2月17日(月)までに基目寺保健センターにご予約ください。事前に、相談内容の概要についてお伺いします。

他 相談は予約制、無料で行います。相談内容に関する秘密は厳守します。原則として、現在精神科

医療機関に通院されていない方が対象です。

問 基目寺保健センター

☎443・0005

FAX 443・5461

転倒予防教室「いきいきステップ」

ふくらはぎの筋トシ・脳トシ皆さんと一緒に楽しく過ごしましょう。

時 1月17日(金)、2月21日(金)、3月27日(金) 午前10時～11時30分

所 美和文化会館 多目的ホールBC

対 市内在住、または在勤の方で年齢問わず

定 20人(最少催行人員5人)

料 500円(1回)

持 飲み物、運動のできる服装

申 随時募集中

問 美和文化会館

☎449・1114

FAX 443・7496

初心者向けのヨガ(全6回)

ほぐしヨガ(火曜ヨガ)

時 1月14・28日(火)、2月4・25日(火)、3月10・24日(火)

午前10時30分～11時45分

持 タオル1本ご持参ください。

ややこしヨガ(水曜ヨガ)

持 タオル1本ご持参ください。

ややこしヨガ(水曜ヨガ)

持 タオル1本ご持参ください。

お知らせ

時 1月15・29日(水)、2月12・26日(水)、3月11・25日(水)
午前10時30分～11時45分

アロマヨガ(金曜ヨガ)女性限定講座
時 1月10・24日(金)、2月7・21日(金)、3月6・27日(金)
午前10時30分～11時45分

共通事項

所 美和文化会館アトスペースM他

対 市内在住、または在勤の方

定 各曜日30人(先着順)

¥ 3,600円(全6回分)

時 ヨガマット、飲み物、運動のできる服装

※更衣室はありません。

申 随時募集中

問 美和文化会館

☎449・1114

FAX 443・7496

ベリーやわらか元気教室(全5回)

ベリーダンスの動きを取り入れ、初心者でも参加可能なプログラムです。健康維持とシェイプアップを目的に音楽に合わせ、ダンスの動きを取り入れた体操教室です(ウォーミングアップとクールダウンにヨガを取り入れます)。

時 1月19日(日)、2月2・9日(日)、3月8・29日(日)

午前10時～11時30分

所 美和文化会館アトスペースM
小学生から70代の方まで

対 20人(最少催行人数5人)

定 3,000円(全5回分)、親子同伴に付き、中学生以下2,000円(全5回分)

持 飲み物、タオル、動きやすい服装
※更衣室はありません。

申 美和文化会館で随時募集中

問 美和文化会館

☎449・1114

FAX 443・7496

顔ヨガ 体験教室

今話題の顔ヨガで、顔の運動不足を解消し、若い顔・怒り顔・無表情・表情シワとさよなら。楽しくマイナス10歳若返りを目指しましょう。

時 1月30日(木)

午前10時～11時30分

所 美和文化会館アトスペースM

定 30人(最少催行人数5人)

¥ 600円

持 顔全体がうつる鏡、飲み物、筆記用具、首もとの開いたラフな服装

※更衣室はありません。

申 美和文化会館で随時募集中

問 美和文化会館

☎449・1114
FAX 443・7496

療養中のお子さんと暮らす家族のしやべり会～疾患の違いをこえた支えあい～

時 1月23日(木) 午前10時～正午

所 愛西市佐織総合福祉センター 会議室

対 長期的に療養を必要とするお子さんとそのご家族

定 40人

を支えるために」
※講演後に交流会を行います。

師

●藤田医科大学保健衛生学部・小児看護専門看護師 田崎あゆみ 准教授

●つぼみの会愛知・岐阜 会員

●全国心臓病の子どもを守る会(愛知心臓病の会)会員

申 1月14日(火)までにご連絡ください。

問 津島保健所健康支援課

☎0567・26・4137

FAX 0567・28・6891

あま市市民活動センター あまterrace便り

～情報発信しています!～

「あまテラス」では、センターからのお知らせや、登録団体のイベント情報、活動報告など、お役立ち情報をお伝えしています。

- ・ウェブサイト<https://www.ama-shiminkatsudo.jp/>
 - ・ニュースレター「あまがすき」を偶数月で発行
 - ・メールマガジンを毎月15日、30日に配信
 - ・フェイスブックに随時投稿
 - ・エフエムななみ
- 「市民活動センターからのお知らせ」でご案内

※メールマガジン配信希望の方は、お名前を明記のうえメールしてください。
info@ama-shiminkatsudo.jp



問合先 市民活動センター ☎445・1900



大会結果

第10回市民バドミントン大会

10月13日(日)

所 甚目寺総合体育館メインアリーナ

結果

男子1部

優勝 富田泰弘・松永慈恩
準優勝 牛田利浩・佐野勝

男子2部

優勝 黒川準一・関谷善司
準優勝 大瀬雅稔・今井雅俊

女子1部

優勝 松永紗和・堀川凛
準優勝 立山由夏・寺本明日香

女子2部

優勝 松永留奈・加藤明美
準優勝 伊藤敬子・小山信江

初心の部

優勝 福谷颯太・福谷大助
準優勝 内田祥世・内田千尋

第10回市民テニス大会

10月27日(日)

所 甚目寺テニスコート

結果

男子ダブルス

優勝 佐藤孝行・佐藤拓人
準優勝 遠藤佑真・堀場祐介

女子ダブルス

第3位 堀場康雄・入山和也
優勝 渡邊志保・石島実保
準優勝 植竹敦子・内海真弓

第8回市民レク・インディアカ大会

10月27日(日)

所 七宝総合体育館 アリーナ

結果

優勝

オリーブ(坪井丈・池喜子・川上順子・木下万里子・横井妙子・都筑博子)

準優勝

スイセン(池清志・浅井郁子・朝国文子・鈴木徳代・伊坪かよ子)

第3位

フラワーズA(山本紀子・大矢文子・村田桂子・五十嵐玲子・花村清子)

第8回市民弓道大会

11月3日(日・祝)

所 甚目寺総合体育館 弓道場

結果

一般の部

優勝 江尻邦明
準優勝 若松恵子
第3位 大田勝利

新人の部

優勝 東山充利
準優勝 中嶋加代子

第3位 北倉歩

第10回あま市民囲碁大会

11月10日(日)

所 甚目寺公民館

結果

Aグループ

優勝 伊藤秀司
準優勝 石田栄
第3位 杉浦末廣

Bグループ

優勝 早川和幸
準優勝 坪田正
第3位 若松繁次

Cグループ

優勝 佐藤和明
準優勝 竹内弘信
第3位 加藤宣彦

Dグループ

優勝 福田康秀
準優勝 近藤俊夫
第3位 竹村弘

Eグループ

優勝 関谷数則
準優勝 松浦富吉
第3位 友松英夫

Fグループ

優勝 橋本達明
準優勝 岩田佐光
第3位 石塚稔

第10回あま市民将棋大会

11月10日(日)

所 美和文化会館

結果

A組

優勝 木村敏幸
準優勝 中世古定嗣
特別賞 守屋輝拳

BⅠ組

優勝 久野義男
準優勝 堀田浩司
特別賞 飽田守

BⅡ組

優勝 所弘二
準優勝 田中太郎
特別賞 鈴木登志雄

C組

優勝 高木正雄
準優勝 竹嶋秋光
特別賞 大谷美樹夫

