

〇寝める子育て学びませんか

怒鳴ったり叩いたりせずに褒めて子どもを育てる方法を学ぶ、ほめて育てるコミュニケーション・トレーニング（ほめトレ）を開催。詳しくは県の結婚・子育てポータルサイトをご覧ください。



日時 9月11日～25日の金曜3回、10時～12時

会場 前橋保健センター

対象 2歳～小6の親、先着6人

申込 8月24日(月)～9月4日(金)に子育て支援課

☎027・220・5702へ

〇一人親対象のパソコン教室

一人親を対象にパソコン講習会を開催。ワードとエクセルを学びます。



日時 10月4日～11月22日の日曜8回、10時～16時

会場 中央総合学院TAC群馬校（南町三丁目）

対象 県内在住の一人親、20人（抽選）

費用 4,400円

申込 9月11日(金)までに往復ハガキで。住所・氏名・年齢・電話番号・応募動機を記入し、〒371-0843新前橋町13・12・県社会福祉総合センター内県母子寡婦福祉協議会「パソコン講習会係」(☎027・255・636)へ

〇MOS資格取得の対策講座

仕事などでワードとエクセルを使う人を対象に、MOS（マイクロソフトオフィススペシャリスト）の資格取得のための対策講座を開催します。

日時 9月17日～12月10日の木曜12回、18時30分～20時30分

会場 大田×元氣21まえばし

対象 市内在住・在勤でMOSの資格取得を目指す人、13人（抽選）
費用 教材費

申込 8月28日(金)（必着）までにハガキで。住所・氏名・年齢・電話番号を記入し、市役所産業政

策課「MOS資格取得対策講座係」(☎027・898・6985)へ

〇介護予防活動にポイント付与

介護予防活動ポイント登録研修会を開催します。

日時 9月10日(木)13時30分

会場 総合福祉会館

申込 ボランティアセンター

☎027・232・3848へ

〇一緒に認知症を語り合おう

認知症やその支援について語り合うカフェを開催します。

日時 9月16日(水)10時～11時

会場 大田×元氣21まえばし

対象 市内在住で認知症の人とその家族、先着12人

申込 長寿包括ケア課

☎027・898・6133へ

〇介護食のこつを学ぼう

噛むことや飲み込むことが難しくなってきた人のために、飲み込みやすい食事づくりのこつを管理栄養士が講和と実演で紹介します。

日時 9月16日(水)10時～11時30分



会場 総合福祉会館

対象 市内在住で、高齢者の介護をしている人、先着10人

用意する物 筆記用具

申込 9月9日(水)までに長寿包括ケア課

☎027・898・6133へ

〇認知症予防のための運動習慣

脳力アップチャレンジ教室を開催。ウォーキングや体操などの運動習慣を身に付け、脳の健康を保つこつを学びます。

日時 ①10月6日～20日 ②11月10日～12月1日の火曜4回、13時30分～15時30分（いずれか1コースのみ）

会場 総合福祉会館

対象 市内在住で医師から運動制限をされていない65歳以上の人、各20人（抽選）

申込 9月4日(金)までに長寿包括ケア課

☎027・898・6133へ

税

〇8月の納税

市県民税第2期、国民健康保険税第2期 8月31日(月)まで

事業者向け

〇女性起業家のための交流会

女性の起業を応援する、まえばし女子会を開催。講演ではFMぐんまアウンサー・竹下裕理さんが美と健康づくりのための野菜の話を、整理収納アドバイザー・岩崎千紘さんが役に立つ整理術を、まきはプロジェクト代表・秋山麻紀さんがイベントを成功させるこつを話します。講演後、参加者同士の懇親会も実施します。

日時 9月5日(土)13時30分～18時

対象 起業に興味があるか起業後5年未満の女性、先着15人

会場 創業センター



〇給与明細に広告載せませんか

本市職員（約3,400人）の給与明細書に掲載する広告を募集します。詳しくは問い合わせるか本市ホームページをご覧ください。



対象 企業や団体など（抽選）

掲載スペース 給与明細書（A4判）裏面縦210mm×横148mm、10月～3月の7回分

費用 13万2,000円

申込書の配布 市役所職員課で。本市ホームページからダウンロードもできます

申込 9月4日(金)までに申込書に記入し、同課(☎027・898・6504)へ直接

〇児童クラブの運営者を募集

来年4月1日(木)から永明小児童クラブ・そっじゃ児童クラブ・かつやま児童クラブの運営をする事業者をそれぞれ募集します。詳しくは本市ホームページをご覧ください。

申込書の配布 8月11日(火)～9

その他の情報

●休日当番動物案内

記録音案内

☎027・283・8333



健康

〇支援を受けながら禁煙に挑戦

禁煙チャレンジ塾を開催。自分に合った方法で禁煙してみませんか。尿中ニコチン代謝物の濃度を測定。保健師と面接し、禁煙開始から3カ月間支援します。

日時 9月16日(水)・17日(木)、9時～16時

会場 前橋保健センター

申込 9月9日(水)までに健康増進課

☎027・220・5784へ

〇防災食学んで災害に備えを

「からだにおいしい食講座」災害の備え かんたん防災食」を開催。管理栄養士の講話など



で災害時の食事を学びます。

日時 9月10日(木)10時～11時30分

会場 前橋保健センター

対象 市内在住・在勤の人、先着15人

申込 8月17日(月)～9月7日(月)に健康増進課

☎027・220・5783へ

〇女性の健康について考えよう

リラクゼーション講座を開催。保健師と管理栄養士が更年期や食生活の講話を、健康運動指導士がストレッチや尿失禁予防体操などを行います。希望者は骨量測定も受けられます。

日時 9月17日(木)・24日(木)、9時30分～12時

会場 前橋保健センター

対象 35歳～64歳の女性、先着20人

申込 9月10日(木)までに健康増進課

☎027・220・5708へ