募集

「初心者卓球教室」参加者を募集

とき 11月1日（土）～29日（土）（毎週水曜日・土曜日、9時30分～11時30分）
ところ 御津体育館2階 卓球場
対象者 市内在住、在学または在勤者で、健康のために卓球をしたい高校生以上の方
参加費 500円
定員 20名（先着順）
申込期間 10月14日（火）～26日（日）
申込方法 各体育館・スポーツセンターの窓口に備え付けの申し込み用紙を提出してください。
▼**スポーツ振興課（御津体育館）（☎322・3012）**

「フレスコボール体験会」参加者募集

日本代表選手等によるデモンストレーションや実技指導が受けられますので、ぜひ体験してください。

フレスコボールとは
フレスコボールは、ブラジル発祥のラケットスポーツです。向かい合うパートナーと協力し合い、ペアで専用のラケットとゴム製のボールを使ってラリー回数やテクニックを披露し、採点が行われます。

とき 11月2日（日）9時30分～12時
ところ 新舞子海岸中央浜
※雨天の場合：揖保川スポーツセンター競技場（体育館シューズをご持参ください）
参加費 無料
定員 40名程度
申込期間 10月11日（土）～25日（土）
申込方法 各体育館・スポーツセンター窓口でお申し込みください。
▼**新宮スポーツセンター（☎75・1792）**

たつのアート2025 オペラ「女王卑弥呼」脚本／池田理代子 作曲／薮田翔一 ハイライト演奏会

たつのふるさと親善大使で作曲家の薮田翔一さんが、たつの市制施行20周年を記念して曲を寄贈されます。たつのアート2025オペラ「女王卑弥呼」ハイライト演奏会に先立ち、西播磨交響楽団演奏で披露します。

とき 11月2日（日）
開場：13時15分、開演：14時
ところ 総合文化会館赤とんぼ文化ホール
申込・問い合わせ先 たつのアート実行委員会事務局（ガレリアアーツ&ティー）（☎63・3555）
※水・木曜日休み

議場コンサートの観覧者募集

市民に議会に親しみを持ってもらう取り組みとして議場コンサートを開催します。

とき 11月3日（月・祝）たつの市民まつり当日、13時30分～（約30分間・開場13時）
ところ たつの市議会議場
募集人数 議員席・傍聴席合わせて60名（先着順、2歳以下は保護者の膝上のみ）
申込方法 左記の二次元コードから①氏名、②住所、③携帯電話番号、④参加希望人数（申込者を含めて3名まで）を入力してください。なお、定員になり次第受け付けを終了します。
募集期間 10月14日（火）～20日（月）
申し込みはこちらから
▼**肥塚（☎090・9627・4177）**

第3期おやこ体操教室受講生を募集

ミニトランポリン・ボール・マット等を使った運動や音楽に合わせたダンスなどを親子で楽しむ体操教室の受講生を募集します。

とき 11月5日（水）～令和8年3月25日（水）10時～11時（第1、第3、第5水曜日。12月31日除く、3月25日のみ第4水曜日。全10回）
ところ 新宮公民館
対象者 1歳児～4歳児（令和2年4月2日生～令和6年4月1日生）とその保護者
定員 25組
受講料 4,000円
申込期間 10月12日（日）～24日（金）9時～17時（月曜日休館）
※定員を超えた場合は10月25日（土）10時から事務局で抽選を行います。定員に満たない場合は抽選日の13時から定員までの範囲で随時募集します。
申込方法 新宮スポーツセンター窓口へ申し込み（電話、ファックス、代理申込不可）
申込・問い合わせ先 新宮スポーツセンター（☎75・1792）

道の駅みつ体験学習室参加者募集

★リフレッシュ！海ヨガ体験
とき 11月6日（木）①10時～11時、②12時～13時
募集人数 各15名
参加費（予定） 800円
持ち物 飲み物・バスタオルまたはヨガマット
服装 運動ができる服装。ヨガは裸足で行います。（5本指ソックスOK）
内容 リラックスヨガ、全身のバランス筋力・柔軟運動アドバイスなど。初心者向けです。
注意事項 レッスン中のけがや事故の応急処置はいたしますが責任は負いかねます。

★秋のおばんざい料理体験
とき 11月18日（火）10時～14時
募集人数 18名
参加費（予定） 1,600円
持ち物 エプロン・マスク・三角巾・手拭き・筆記用具・上履き

★楽しいこんにゃくづくり体験
とき 11月14日（金）10時～14時
募集人数 15名
参加費（予定） 1,600円
持ち物 エプロン・マスク・三角巾・手拭き・筆記用具・上履き

★ガーデニング（寄せ植え）体験
とき 11月20日（木）10時～13時
募集人数 15名
参加費（予定） 2,300円
持ち物 軍手・エプロン・スコップ（小）・ぞうきん・上履き・持ち帰り用の箱・植木鉢（8号鉢・直径24cm程度 深さ20cm～25cm程度。四角・楕円形・丸型どれでも可）植木鉢が自宅にある方はご持参ください。当日販売も行います。

各体験共通
※申し込みは、代表者一人につき2名まで（合計3名）
※ご予約のキャンセルは2日前まで受け付けします。

◆**体験学習室のご案内**
体験、研修等の会場として、どなたでもご利用いただけます。詳細は、左記までお問い合わせください。
申込・問い合わせ先 「道の駅みつ」体験学習室（☎322・8020）
※休館日（水・土・日・祝日）
※イベント等により、電話がつながりにくい場合があります。

はりまいのちの電話公開講座「子どもまんなか社会をめざして」―子どもたちの笑顔を守るために今私たちにできること―

とき 11月6日（木）14時～16時（開場13時30分）入場無料
ところ 姫路市総合福祉会館5階 第1・2会議室（姫路市安田3-1）
講師 姫路市教育長 久保田智子氏、関西大学客員教授 島田妙子氏 ※対談形式で実施
定員 150名（先着順）
申込方法 はりまいのちの電話ホームページからお申し込みください。
申し込みはこちらから
▼**はりまいのちの電話事務局（☎079・288・5099）**

西播磨成年後見支援センター 成年後見制度普及啓発講演会の開催

とき 11月7日（金）13時30分～15時（13時受付開始）
ところ 相生市文化会館扶桑電通なぎさホール（相生市相生6丁目1番地1）
講師 伏見 友宏さん（ふしみ行政書士事務所特定行政書士）
内容 これで安心！あなたのための終活～成年後見・任意後見・身元保証とは～
参加費 無料
定員 100名（先着順）
申込方法 電話、ファックスにて、住所、氏名、電話番号をお知らせの上、11月6日（木）までにお申し込みください。
申込・問い合わせ先 西播磨成年後見支援センター（☎72・7294、Fax 72・7224）

いい歯の日 歯ッピーフェスタ2025

揖龍歯科医師会では、11月8日のいい歯の日にちなんで、さまざまなイベントを行います。

とき 11月9日（日）9時30分～13時
ところ はつらつセンター
内容
①歯科健診（3歳児～小学校6年生）と希望者はフッ化物塗布 ※要予約
②口腔機能検査（成人～高齢者）
③歯科診療体験コーナー
白衣を着て、デンタルミラーを持って職業体験（記念撮影あり）
④お口を使ったゲームコーナー
⑤石膏おもちゃの色塗り
⑥お口の健康講演
講師：An Dental Office 安東 信行氏
⑦パタカラ健口ライブ！
歌手：種浦 マサオさん
⑧その他
体験コーナーや健口グッズ等お土産があります。
申込開始日
①歯科健診）10月15日（水）
※受付時間は、月～金曜日の13時～17時
申込・問い合わせ先 揖龍歯科医師会事務局（☎64・2120）

専門医師による「もの忘れ相談」

「最近もの忘れが多くなってきた」「何度も同じことを聞いたり、話すようになった」「薬がきちんと飲めない」などということはありませんか？
揖保川病院のもの忘れ専門医師が無料で相談に応じます。

とき 11月10日（月）13時30分～15時
ところ たつの市福祉会館4階 小会議室
対象者 市内在住の方で、もの忘れや認知症についての不安がある方、そのご家族
定員 3組（1組30分以内）
※完全予約制
相談内容 認知症の症状・治療等医療に関する相談など
申込・問い合わせ先 地域包括支援課（☎64・3125）

「楽・得 介護塾」参加者を募集

介護の方法や介護予防、介護者の健康づくりなどについての知識・技術を習得するための教室を開催します。

対象者 介護している方、介護に関心のある方
申込方法 次のセンターへお申し込みください。

揖保川在宅介護支援センター（☎72・6600）
とき 11月10日（月）10時～11時
ところ 揖保川総合支所4階 ふれあいホール
内容 リハビリ教室・自宅で楽しくリハビリ

新宮在宅介護支援センター（☎75・2277）
とき 11月20日（木）14時～15時
ところ 新宮公民館 第7研修室
内容 ～明るく楽しく認知症予防～認知症を知り、介護や予防に役立てる

御津在宅介護支援センター（☎324・0767）
とき 11月21日（金）10時～11時
ところ 特別養護老人ホームシスナブ御津 会議室
内容 管理栄養士から学ぶ高齢者の栄養

くわのみ園在宅介護支援センター（☎61・9002）
とき 11月27日（木）14時～15時30分
ところ ふらっとねす祇園1階 喫茶コーナー（龍野町北龍野383-1）
内容 かかりつけ医をもちましょう～身体の健康はお口の健康から～