



市営住宅の入居者募集

市では、市営住宅の入居者を募集します

【募集団地】

団地名	所在地	規格	構造	戸数	家賃	敷金	入居日
津行	牛窓町長浜 6865-62	3DK	簡耐 2階建	それぞれ1戸	収入により決定	家賃の3カ月分	3月1日(土)
栗利郷	牛窓町長浜 6851-3		木造 2階建				

▷ 申込受付期間

2月1日(金)～14日(木)
午前8時30分～午後5時15分

■ 問い合わせ・申込先

市建設課
☎0869-22-2649



思春期

こころの健康相談

- ▽日時 2月2日(土)・9日(土)・16日(土)・23日(土)
午前10時～午後3時
- ▽場所 地域生活支援センター スマイル タースマイル
- ▽相談員 思春期保健相談士
- ※相談希望の人は、事前に「ご予約ください」。
- 問い合わせ・予約先
地域生活支援センター スマイル
☎0869-22-9600



生活習慣病教室

- ▽日時 2月12日(火)
午前11時～
- ▽場所 瀬戸内市民病院
- ▽テーマ 「腰痛・膝痛の運動療法について」
- ▽参加費 100円(講義のみ)
- ※食事指導を受けたい人は、500円(要予約)
- 問い合わせ・予約先

瀬戸内市民病院

☎0869-22-1234

こころの健康講座

- ▽日時 2月13日(水)
午前10時～正午
- ▽場所 ゆめトピア長船
- ▽内容 「成年後見制度入門」
- ▽講師 恩田英宜さん(社)
- 成年後見センター・リーガルサポート岡
- 山県支部 司法書士
- ▽参加費 無料
- 問い合わせ先
地域生活支援センター スマイル
☎0869-22-9600

あじさい講座

- ▽日時 2月9日(土)
午前10時～正午
- ▽場所 あじさいのおか牛窓
- ▽内容 「おなかの中から介護予防」食育からメタボリック、介護予防まで
- ▽講師 森光大さん(岡山県栄養士会 管理栄養士)
- ▽参加費 無料(事前申込不要)
- ※介護・健康用品などの展示

心の健康へつり 県民講座

- ▽日時 2月28日(木)
午後1時30分～3時
- ▽場所 ゆめトピア長船
- ▽テーマ 「働き盛りの人のうつを考える」うつ病のサインを見逃さないための心得」
- ▽講師 堀井茂男さん(慈圭病院院長)



- ▽対象 「うつ」について学ばたい人、関心のある人
- ▽参加費 無料
- 問い合わせ先
岡山保健所
☎086-272-3943

第3回瀬戸内市健康マラソン大会開催!

ファミリーコース(1.8km)は当日でも受け付け可能です。今回もあったか～い「せとうちシーフード“ハッスル鍋”」を用意しています。家族やグループで多数ご参加ください。

- ▷日程 2月17日(日)
小雨決行
- ▷受付 午前8時15分～8時45分



- ※ファミリーコースのみ午前11時まで受け付けます。
- ▷開会式 午前9時～
- ▷場所 邑久スポーツ公園野球場
- ※雨天延期の場合、2月24日(日)

- 問い合わせ先
市体育協会事務局(市社会教育課内)
☎0869-34-5605

コーナーも設置します。

- 問い合わせ・申込先
在宅介護支援センターあじさい
☎0869-34-6366

おさふね介護教室

- ▽日時 2月13日(水)
午後1時30分～3時
- ▽場所 長船荘在宅介護支援センター
- ▽参加費 無料
- 問い合わせ先
長船荘在宅介護支援センター
☎0869-26-4772

▽内容 「介護者の健康」腰痛予防

- ▽講師 落和久さん(学校法人加計学園 玉野総合医療専門学校 理学療法士)

瀬戸内市青少年健全育成推進大会

- 子どもたちの生きる力と、大人たちの見守る力の大切さを学び、命の尊さを見つめ直すしてみませんか。
- ▽日時 2月23日(土)
午後1時～(午後零時30分開場)
- ▽場所 ゆめトピア長船
- ▽テーマ 「地域の子どもは地域で育てよう」
- 第1部
明るい家庭づくり作文表彰式・発表会、弁論発表
- 第2部
水谷修講演会
「子どもたちへ」夜回り先生からのメッセージ



水谷 修さん(撮影:足田千里)

- ▽参加費 入場無料(入場券が必要)
- ▽申込方法 往復はがきで左記までお申し込みください。1件の申し込みで1人のみ。
- ・ 往信用裏面 申し込みする人の郵便番号・住所・氏名・電話番号
- ・ 返信用表面 申し込みする人の郵便番号・住所・氏名・返信用裏面 抽選結果を記入するので、何も書かないでください。
- ※申し込みは、瀬戸内市在住・在勤の人に限りです。申し込み多数の場合は、抽選の上、入場券を送付します。
- ▽申込期限 2月8日(金)必着(入場券は、2月15日までに送付します)
- 問い合わせ・申込先
市教育委員会社会教育課
青少年健全育成推進大会係
☎0869-34-5601
〒701-4392
瀬戸内市牛窓町牛窓4911