

市民センター利用開始のお知らせ

長らくご不便をおかけしておりました百合が丘市民センターの改築工事が3月末に完了します。次の日程でオープニングセレモニー及び内覧会を行いますので多くの方のご来館をお待ちしています。

- ・オープニングセレモニー 4月 9日(土) 10:00~
- ・内覧会 4月 9日(土) 10:15~16:00
4月10日(日) 10:00~16:00
- ・利用開始 4月11日(月) 9:00~
- ・一般の各部屋利用 申し込み開始 4月4日(月)



また、カフェバルーンもリニューアルオープンします。カフェのオープン時間は次のとおりです。



- ・プレオープン 4月 9日(土) 10:15~16:00
4月10日(日) 10:00~16:00
- ・通常営業 4月11日(月)より 10:00~16:00
(定休日 日曜日)



平成28年度 主催講座 Word初級クラス ~受講生募集~



【募集条件】 下記搭載のノートパソコン持ち込み者に限らせて頂きます。
※注意OS はWindows7・8・10でWord2010・2013・2016が入っている機種。

【講習時間】 AM 9:00~AM 11:50

【場 所】 市民センター 会議室(小)

【定 員】 10名(成人男女)

【会 費】 ¥5,000- (テキスト代含む)

【講習内容】 パソコンの基本操作

4月16日(土)	5月8日(日)	6月18日(土)
7月10日(日)	8月27日(土)	9月11日(日)
10月9日(日)	11月26日(土)	12月11日(日)
1月21日(土)	2月12日(日)	3月12日(日)

電源の入れ方からマウスの使い方・文字入力・文章作成・年賀状作成・インターネット・メールなどを学習します。テキストどおりに進むとは限りません。講師の判断によります。日程は、講師及び公的行事等で稀に変更になることもあります。

【申込み方法】 3月21日(月・祝) 9時~市民センター窓口まで会費を添えてお申込みください。

定員になり次第締め切らせて頂きます。(先着順) ※定員に満たない場合は、開催しない場合もあります。

【お問い合わせ】 百合が丘市民センター ☎64-6466



<http://www.emachi-nabari.jp/yurigaoka/>



まちの保健室便り3月号

☎ 64-8600

【かかりつけ医】を持ちましょう!

【かかりつけ医】とは…
病気になった時、真っ先に相談できる
お医者さんのことです。



自分の病歴や体質を知ってもらえば、急に具合が悪くなくても安心して診てもらうことができます。普段からお付き合いすることで、あなたの健康状態・持病など包み隠さず話ができ、健康・医学・医療のこと、些細なことも気軽に相談できる【かかりつけ医】を持ちましょう。



日頃の診察で、病状や治療法についての詳しい説明を受けるほか、健康相談・各種保健・医療・福祉サービス等の相談、高度な治療や精密検査が必要な場合などは、適切な専門医や病院の紹介を行ってもらい、これまでの診察情報(紹介状)を持参して診療するとスムーズに受診することができます。

何科にかかったらいいのか分からない時も…
自分の今の症状が、何科の病院に受診すればいいか迷うこともあるでしょう。自分の判断で診療科を選択してしまうと、長時間待たされ、あげくに他の科に回されるということになりかねません。その様なことを避ける為にも、まずは【かかりつけ医】に相談し、症状に合った適切な診療科を紹介してもらいましょう。紹介状があればより安心です。



子どもから大人まで、【信頼できるかかりつけ医】に健康管理してもらうことは、病気の早期発見・早期治療・重症化防止につながります。

百合が丘市民センター登録サークル 百合が丘 健康体操クラブ

新しくサークルメンバー加入者
若干名募集!!



健康体操クラブは、会員相互の親睦と健康づくりを行っています♪
現在60歳から80歳までの女性が楽しく参加されています。
見学からでも大歓迎ですので皆様のおしをお待ちしています。

【活動日時】 毎月第1・3火曜日 ※8月はお休み
13:30~15:00

【場 所】 多目的ホール

【講 師】 竹政 悦子氏

【会 費】 月600円(4か月分前納)

【お問い合わせ】 栗山(くりやま) ☎64-7071