

私にピッタリな働き方!オンラインワークセミナー

このプログラムは、「オンラインで在宅ワークなどの新しいスタイルの働き方を始めたい」と考えている人が、安心してスタートできるようサポートすることを目的にした実践講座です。

マーケットや受注・納品、税申告、SNSライティングを学び、これからの働き方を具体的にイメージしながら、準備を始めましょう。あなたのスキルアップと「働きたい」を応援します。

- **受講日** 10月21日(土)、28日(土)、11月4日(土)、11日(土)
- **時間** 午前9時30分～11時30分(開場 午前9時)
- **場所** オークスプラザふれあいホールほか(対面受講の場合)
- **定員** 20人 ※先着順
- **対象者** ネットワークを使って、自宅での仕事(在宅ワークや副業)に興味がある、始めたい女性
- **参加費** 無料
- **託児** 無料(1歳～就学前) ※事前予約が必要
- **申込期限** 10月10日(火) ※定員になり次第、締め切ります
- **参加方法** 自宅からミーティングアプリ「ZOOM」を使用し、参加できます。
- **申込方法** 電話またはオンライン(QRコード)にて申し込みください。
- **内容** 詳しくは町ホームページをご覧ください。



QRコードはこちら



問い合わせ 株式会社ミリバ ☎096(297)7632 ✉info@milli-ba.com

障がいのある人を対象とする職業訓練生募集中(受講料無料)

第2種情報処理系訓練 システム設計科

基本的なパソコン操作から実践的な表計算技能までを習得し、資格取得と実務技能習得までを目指す訓練です。

- **対象者** 身体障害者手帳または精神障害者保健福祉手帳所持者でハローワークに求職の申込みをし、高校卒業(卒業見込みを含む)と同等以上の能力を有した人で、特別な介助を必要としないことなど。
- **定員** 10人
- **訓練期間** 令和6年4月10日(水)から令和8年3月31日(火)まで 計2年間
- **経費** 教材等代 40,000円(税込)程度
- **場所** 障がい者IT職業訓練センター
上益城郡益城町田原2081-28(熊本ソフトウェア株式会社内)
- **募集期限** 1回目 9月1日(金)から10月10日(火)まで
2回目 12月1日(金)から令和6年1月15日(月)まで

※詳しくは「熊本県立高等技術専門校」のホームページに掲載されています。

申し込み・問い合わせ

ハローワーク菊池 ☎0968(24)8609
または熊本県立高等技術専門校 ☎096(378)0121

「高齢者・障がい者のための成年後見相談会」のお知らせ

成年後見制度や相続・遺言・財産管理、福祉サービスの利用などについて、司法書士と社会福祉士が無料で相談に応じます。秘密は固く守られますので、気軽に相談ください。

【相談例】ひとり暮らしの今後が不安。

遺産分割協議をしたいけれど、相続人の一人が認知症のようで心配。

障がいを持つ子どもの将来が心配だ。

親の年金が勝手に使われているかも。

お互いの介護が必要になったときの、預金管理などが心配。

- 日 時 9月23日(土) 午前10時～午後4時
- 場 所 熊本県司法書士会館(熊本市中央区大江四丁目4番34号)
- 相談料 無料
- 方 法 面談相談: 予約電話番号 ☎096(364)2889
電話相談: 当日相談専用電話番号 ☎096(364)0800



問い合わせ 熊本県司法書士会事務局 ☎096(364)2889

第2回「睡眠サロン」の開催について

熊本地震や豪雨災害に加え、新型コロナウイルス感染症が重なり、「睡眠障害」のリスクが高い状況にあります。また、生活習慣病やこころの健康と睡眠の関係についても着目されているところです。

町民の人に睡眠の重要性について理解を深め、こころと体の健康づくりに取組んでもらうため、「第2回睡眠サロン」を下記のとおり開催します。

- 開催日時 10月1日(日) (10時15分 開場) 10時30分～11時30分
- 場 所 生涯学習センター 1階 研修室
- 参加費 無料
- 定 員 15人(先着)
- 申込期限 9月28日(木)午後5時
- 申込方法 電話またはオンライン(QRコード)にて申し込みください
- 内 容 良質な睡眠を確保するための対処法をそれぞれの睡眠の悩みに合わせてグループワークなどを行いながら理解を深めていく
- 講 師 「睡眠による予防・健康づくり事業」事務局

QRコードはこちら



熊本大学大学院生命科学研究部 教授 青石 恵子(あおいし けいこ)さん

九州看護福祉大学看護福祉学部 准教授 上田 智之(うえだ ともゆき)さん

熊本産業保健研究所 くまもと産業医サービス 保健師 堀口 真愛(ほりぐち まい)さん

問い合わせ・申し込み 健康保険課 国保・医療係 ☎096(293)3114

人権啓発福祉センター夏期講座ユーチューブ配信

8月21日(月)に開催しました、人権啓発福祉センター夏期講座をユーチューブにて配信します。次のQRコードから視聴できますのでぜひご覧ください。

QRコードはこちら



●期 間 9月15日(金)～10月15日(日)

●内 容 【講 師】大塚 正信(おおつか まさのぶ)さん(菊陽町立武蔵ヶ丘中学校教諭)

【演 題】多文化共生のまちづくりをめざして ～私たちが知っておかなければならないこと～

●そ の 他 視聴料は無料ですが、通信料がかかります。

問い合わせ 町人権啓発福祉センター ☎096(293)7920

初めてのHIP HOPダンス教室

今流行りのヒップホップダンス♪

プロのインストラクターから直接習ってみませんか？ダンス未経験の人でも大丈夫！

基礎から丁寧に教えますので、興味のある人はぜひ参加してみてくださいね！

リズムに乗って一緒に楽しく踊りましょう!!

●日 時 10月21日(土)～12月9日(土)全8回

●時 間 午後3時～4時

●場 所 町民交流施設2F 集会所

●対 象 年長～小学生

●定 員 15人(先着順)

●講 師 坂本 遥(さかもと はるか)さん

●参 加 費 8,000円(全8回)※保険料込み

問い合わせ NPO法人クラブおおづ ☎096(294)2922

大津町健康推進事業 自分の身体をもっと知ろう! In Body測定会

約30秒で、体成分、筋肉と脂肪の割合、部位別バランス、健康度評価、フィットネススコアなどを測定し、分かりやすい表で結果がでます。健康づくりに関する相談も受け付けています。気軽に参加ください。

●期 日 9月20日(水)～10月2日(月) ※火曜日を除く

●時 間 月～土曜日 午前9時～午後8時

日曜日・祝日 午前9時～午後3時

●場 所 大津町総合体育館トレーニングルーム

●参 加 費 無料

InBody470



問い合わせ・申し込み NPO法人クラブおおづ 町総合体育館 ☎096(293)8088