

「学び」は楽しく行こう！

生涯**楽**習だより

自治医科大学公開講座

一流の教授陣が講師を務め、健康長寿のためにわかりやすく解説する公開講座を今年度も開催します。今年度のテーマは「健康長寿のために『フレイルの予防』」です。
※「フレイル」とは、加齢に伴って筋力や心身の活力が低下した状態のことです。

■**日程** 6月30日、7月7日、7月14日、7月21日（全て土曜日）全4回

■**時間** 午後1時30分～3時45分

■**場所** 自治医科大学地域医療情報研修センター 大講堂

■**費用** 無料

※講座の詳細や申込方法は、広報しもつけ6月号にてお知らせします。

問い合わせ先

生涯学習文化課
☎(32)8919

傾聴ボランティア講座 受講生募集

「聞き上手になりましょう」
傾聴とは相手の話に耳を傾け、そのまま受け止めながら相手を理解することです。言葉の裏の感情を含め相手の話に共感し、悩みや寂しさを抱える人などの話を聞きながら、心のケアをするコツやポイントを学びましょう。

■**講師** 話の聞き方（傾聴） 教室 傾聴ハピネス代表 渡邊純子氏

■日程と講座内容

①6月7日(木) 聴きたい人は話したい
②6月14日(木) 聞き出すから話したくなる

聴き方へ
③6月21日(木) 否定せず受け止めて聴く

④6月28日(木)

気持ちに寄り添う聴き方

⑤7月4日(水)

傾聴を日常で活かす

■**時間** 午後1時30分～4時30分

■**費用** 無料

■**定員** 20名 先着順

■**会場**

生涯学習情報センター

■**応募期間**

5月31日(木)までに電話でお申し込みください。

■申し込み・問い合わせ先

生涯学習情報センター
午前9時～午後5時
(水・日曜は除く)

☎(40)0911

社会福祉協議会・ボランティアセンター（土・日は除く）

☎(43)1236

パソコン基本操作相談窓口

パソコンボランティアの方が相談に応じます。

■**日時** 6月4日(月) 午後1時～2時

■**相談受付**

下野PC愛好会（パソコンボランティア講師団体）

■会場・問い合わせ先

生涯学習情報センター
☎(40)0911

しもつけ市民芸術文化祭 実行委員を募集します

■活動内容

しもつけ市民芸術文化祭の運営に必要な企画や実施等

■委員構成

市文化協会や関係機関・団体、公募による委員で構成

■任期

平成31年3月末まで

■報酬等

報酬、旅費等の支給はありません

■応募資格

①市内に住所を有する20歳以上の方
②文化芸術活動やまちづくりイベントなどの実施について実績経験のある方

■募集人員

3名程度

■応募方法

応募用紙に必要事項を記入のうえ、提出してください。応募用紙は生涯学習文化課で用意してあるほか、市ホームページからもダウンロードできます。提出は郵送・FAX・電子メールでも結構です。

■申込期限

5月25日(金)午後5時まで

■選考

結果は本人あて通知します。

■応募・問い合わせ先

〒329-0492

下野市笹原26番地

しもつけ市民芸術文化祭実行委員会事務局・生涯学習文化課

☎(32)8919

☎(32)8919

どきどきキャンプ参加者募集

防災を学ぶ体験活動に取り組みながら、命を守る知識や技能の向上、生きる力を育みます。また、野外活動を通して絆づくりをします。

■**対象** 県内の小学4年生～6年生（定員25名）

■**日時** 7月22日(日)～25日(水)（3泊4日）

■**事前説明会** 7月7日(土)

■**募集期間** 5月18日(金)～5月31日(木)まで

■**申し込み・問い合わせ先**

栃木県立太平少年自然の家
☎0282(24)8551

