65歳からの健康づくり 牧之原健やか教室

これからの時間を笑顔で健やかに暮らしていくための介護予防教室です。ぜひ参加ください。

日程
4月13日・27日、5月11日・25日
6月8日・22日、7月13日・27日
8月10日・24日（全10回）
※全て木曜日

時間 午後1時30分～3時

会場 牧之原農村婦人の家（牧之原227-5）

講師 市職員と介護予防ボランティア

内容 菊川いきいき体操、脳トレ、健口（けんこう）体操

定員 15人※先着順

申込期限 4月10日（月）

申込方法 下記へ電話で申し込み

持ち物 マスク、上ばき、飲み物、汗ふきタオル
※動きやすい服装でお越しください。

申・問長寿介護課高齢者福祉係（プラザけやき内☎37-1254）

人間ドック・簡易脳ドックの助成金の申請はお済みですか

国民健康保険、または後期高齢者医療保険に加入している人で、令和5年3月までに人間ドック・簡易脳ドックを受診し、助成金の申請がまだの人は、早めに申請をお願いします。

※市から交付された受診券を使用して人間ドックなどを受診した人は、申請不要です。
※商工会を通して健康診断（生活習慣病検診）を受診した人のうち、オプションで胃がん検査、腹部エコー検査を選択していない場合は、助成制度を利用できません。
※国民健康保険税、または後期高齢者医療保険料に滞納がある場合は、申請できません。

助成額 かかった費用の3分の2の金額※上限2万円

申請期限 4月28日（金）

申請方法 市民課、または小笠市民課に直接申請

持ち物 保険証、人間ドック・簡易脳ドックの結果、領収書、通帳

申・問市民課国保年金係（☎35-0915）

催し
event information

「遠州アコフェスEAST（イースト）」を開催します

県内外のアマチュアトップアーティストが集結する音楽フェスです。ぜひお越しください。

日時 5月3日（水・祝）
開演 午後0時45分

会場 牧之原市相良総合センターい～ら（牧之原市須々木140）

入場料 無料※申込不要、直接会場へ

問遠州アコフェス実行委員会（増田 ☎090-1415-3558）

保健・福祉
health and welfare

手話を学んでみませんか 手話奉仕員養成講座

日時
4月12日～令和6年1月31日の毎週水曜日（全41回）
※祝日・年末年始は休み
①②どちらかを選択
①昼間コース 午前10時～11時30分
②夜間コース 午後7時30分～9時

会場 プラザけやきボランティア室

対象 市内在住、在勤で中学校卒業以上の人

内容 手話講座40回、実践1回、必須講義3回（5月20日（土）午前9時～午後0時10分、7月22日（土）午後1時～5時10分、9月23日（土・祝）午前9時～午後0時10分）

参加費 無料
※テキスト代が別途かかります。

申込期限 4月3日（月）

申込方法 下記へ電話、またはFAXで申し込み
※詳細は、下記へ問い合わせください。

手話　は　言語

申・問福祉課障がい者福祉係（プラザけやき内☎37-1252、FAX37-1255）

募集
invite information

市立図書館文学講座の受講生を募集します

日時
①古典文学講座（全5回）
5～9月の毎月第2木曜日
午前10時10分～11時40分
②変体仮名講座（全5回）
5～9月の毎月第4木曜日
午後1時30分～3時
※日程は、変更になる場合があります。

会場 菊川文庫2階視聴覚室

定員 ①②とも各20人※先着順

参加費 無料

申込開始 4月14日（金）

申込方法 菊川文庫窓口で申し込み
※詳細は、市立図書館で配架しているチラシをご覧ください。

申・問菊川文庫（☎36-2220）

バドミントン教室の参加者を募集します

バドミントンは、年齢・性別を問わず楽しめる生涯スポーツです。初めての人でも、ぜひ参加ください。

日時
①夜教室
5月10日～6月7日の
毎週水曜日（全5回）
午後7時30分～9時
②昼教室
6月13日～7月11日の
毎週火曜日（全5回）
午前10時～11時30分

会場 市民総合体育館室内運動場

対象 ①中学生以上の人
②年齢不問

定員 ①②とも各25人
※16人以上で開講

参加費 ①②とも2,500円（全5回分）
※シャトル代（500円）が別途かかります。

申込期間
①4月4日（火）～26日（水）
②5月10日（水）～31日（水）

申込方法 下記へ電話で申し込み

持ち物 体育館シューズ、ラケット、タオル、飲み物
※詳細は、下記へ問い合わせください。

申・問NPO法人菊川市体育協会（市民総合体育館内☎73-0115）

※ は健康マイレージスタンプ対象事業