

ビジネス基礎講習

求職中の方、創業を志す方などを対象にした講習会。ビジネスパーソンとして押さえておくべき事柄や心構えを学びます。「情性でなんとなく」や「気ばかり焦り」がちな求職活動。今一度、意識改革や意欲のリセットをしませんか。年齢、性別を問いません。※申し込み受け付けは3月1日(金)17:00まで。

日 時：3月2日(土) 10:00～12:00
場 所：暮らしのかけ橋交流館なないろ
(サニーマート伊野店 北側)
受講料：無料 定 員：6名
講 師：川村 晶子 氏
(NPOとさはちきんねっと)

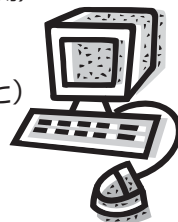
申込・問い合わせ ツイッターでも情報発信中!!

いの町地域雇用創造協議会(会長 いの町長)
〒781-2110 いの町3597 いの町立伊野公民館2階
☎ 855-8096 ☎ 897-2210 HP:<http://www.inokoyo.jp/>
✉ e-mail: inokoyo@mountain.ocn.ne.jp
電話かFAX又はメールでお問い合わせください。お気軽にどうぞ。

パソコン講習会 Excel 2010

求職中の方、スキル向上を目指す方を対象にしたExcel講習会を行います。多くの業種で使われるExcel機能を学び、スキルアップや仕事に活かしませんか。一人ひとりのレベルや希望職種にあわせて指導していただけるので、安心して学べます。※全3回ご受講ください。申し込み受け付けは3月7日(木)まで。

日 時：3月13日(水)、3月15日(金)
18:30～21:00
3月16日(土) 9:00～16:00
場 所：暮らしのかけ橋交流館なないろ
(サニーマート伊野店 北側)
受講料：無料 定 員：7名
講 師：長尾ゆかり 氏
(NPOとさはちきんねっと)



大人の水泳教室 Let's 水中運動教室

「いやっし～土佐」では、健康に関する様々な教室を開催しています。健康づくりや仲間づくりに、教室に参加してみませんか？

【大人の水泳教室】(1時間)

▶ 開催期間 4月2日～5月28日(毎週火曜日 全7回)
※4月30日(火)、5月7日(火)は、開催しません。
▶ 講 師 西原 香理 氏、久保 陸 氏
(水泳指導員)
▶ 料 金 4,900円 ▶ 定 員 30名

【Let's 水中運動教室】(1時間)

●水中ウォーキングコース

▶ 開催期間 4月3日～6月26日(毎週水曜日 全13回)
▶ 講 師 池澤 康輔 氏(健康運動指導士)
▶ 料 金 5,200円 ▶ 定 員 35名

●アクアビクスコース

▶ 開催期間 4月4日～6月27日(毎週木曜日 全13回)
▶ 講 師 藤澤 佳伸 氏
(フィットネスインストラクター)
▶ 料 金 5,200円 ▶ 定 員 35名

★各教室の詳細について

▶ 参加資格 医師などから運動の中止又は制限を受けていない18歳以上の方。

▶ 実施時間 10:30～ ※15分前から受け付け開始です。

▶ 申込方法 各教室、申込用紙に必要事項を記入し、「いやっし～土佐」の受付に受講料金と一緒に持参してください。

▶ 問い合わせ いやっし～土佐 ☎ 852-7618
※詳細は、ホームページ(<http://iyasshi.city.tosa.lg.jp/>)をご覧ください。

職場のトラブル解決サポートします

高知労働局では、県内5カ所に相談コーナーを設置し、労働に関する相談を受け付けるとともに、労使間における個別労働紛争(不当解雇、労働条件の引き下げ、いじめ・嫌がらせなど)の適切かつ迅速な解決を図っています。

★マークの部署については、女性相談員を配置し

ています。

▶ 問い合わせ

★高知労働局総合労働相談コーナー

☎ 0120-783-722 ☎ 885-6027
高知総合労働相談コーナー(高知労働基準監督署内)
☎ 885-6010

散歩中の犬のフン・尿は、飼い主が責任をもって後始末をしましょう

犬などのフンの放置は、「いの町ポイ捨て及びふん害防止条例」によって禁止されており、違反した場合には3万円以下の罰金に処せられることがあります。

また、犬のおしっこを他人の迷惑になる場所にかけさせないように、注意してください。

万一、おしっこがついてしまった場合は、その上からたっぷりの水を掛け流し、臭いやシミを取り除いてください。

一人ひとりがマナーを見直し、地域の快適な生活環境を守っていきましょう。

▶ 問い合わせ 環境課 ☎ 893-1160