

講座・教室  
**第2回はじめての手話教室**

初心者を対象にした手話教室を開催します。言語聴覚士と手話通訳者を講師に、あいさつや会話など簡単な手話を学んでみませんか。

▼日時 2月25日(土)  
9時～12時

▼場所 高知青少年の家

▼対象 中学生以上の手話学習初心者の方

▼定員 20名

▼参加費 無料

▼申込締切 2月24日(金)

▼申込・問い合わせ 高知青少年の家

☎891-5331



講座・教室  
**高血圧に関する公開講座の開催について**

高血圧は脳卒中や心臓病などの心血管病に対する最大のリスクです。心血管病にならないためにも高血圧に対する正しい知識と理解が必要です。

▼日時 3月12日(日)  
9時～13時30分

▼場所 すこやかセンター伊野

▼内容／講師  
1. 血圧測定  
2. 高血圧について(病態、薬、日常生活など)  
3. 循環器専門医／宮野伊知郎  
4. 高血圧の食事について  
管理栄養士／新谷 美智

※昼食には減塩料理を食べていただきます。

4. 高血圧の薬との上手なつきあい方

▼参加料 薬剤師／武井 正夫

▼参加料 500円

▼申込・問い合わせ 仁淀病院総務係

☎893-1551

講座・教室  
**「いやっし〜土佐」教室のご案内**

◇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

講師や、各教室開催期間中の祝日・休館日など詳細についてはお問い合わせください。

【健康かんたん体操教室】  
(16時～17時)

▼定員 15名

▼開催期間 3月4日～3月25日  
(毎週土曜日／全4回)

▼料金 2,800円  
【美ューティBody Wave】  
(18時～19時)

▼定員 15名

▼開催期間 3月7日～3月28日  
(毎週火曜日／全3回)

▼料金 2,100円

各教室を体験することができます。1回コースもあります。

▼申込・問い合わせ いやっし〜土佐

☎852-7618

講座・教室  
**町民講座  
いの元氣塾開催**

「町民講座 いの元氣塾」の第8回目を次の日程で開催します。いの町にお住まいの方ならどなたでも参加できますので多数の方の受講をお待ちしています。

▼日時 2月19日(日)  
13時30分～15時30分

▼場所 いのホール

▼内容 土佐の高地性集落と山稜の弥生集落(チラシでお知らせしていました内容に変更がありました)

▼講師 愛媛大学 准教授 柴田 昌児先生

▼受講料 無料

▼問い合わせ 教育委員会事務局  
☎893-1922

募集  
**平成29年度河川愛護モニター(仁淀川)募集のお知らせ**

国土交通省高知河川国道事務所では、地域の方々の連携を深めるため、平成29年度河川愛護モニター(仁淀川)を募集します。

▼活動内容  
・仁淀川(自宅付近の区間)を機会あるごとに見る  
・河川の状態について気が付いたことを連絡する  
・河川愛護モニター連絡会議に出席する

▼モニター期間 4月1日～平成30年3月31日

▼モニター謝金 月額 2,800円

▼応募資格  
①川に接する機会が多く、河川愛護に関心がある  
②仁淀川の近隣に住んでいる  
③満20歳以上

▼応募受付 3月28日(火)まで

ご希望の方は応募要綱を用意していますので、HPからダウンロード (<http://www.skr.mlit.go.jp/kochi/>)

又は、次の連絡先に電話、FAXでご連絡いただければ郵送します。応募はEメール(skr-kouchi52@mlit.go.jp)、郵送又はFAXでお願いします。

▼問い合わせ 高知河川国道事務所  
☎833-6904  
☎831-8570

仁淀川出張所  
☎894-2044  
☎894-2144

募集  
**放送大学4月生募集**

放送大学はテレビ、ラジオ、インターネットを通して学ぶ通信制の大学で、心理・教育・福祉・経済・歴史・文学・情報・自然科学など、幅広い分野を学べます。

現在、平成29年度第1学期(4月入学)の学生を募集中です。出願期間は、第2回が3月20日までで、資料を無料で差しあげています。お気軽に放送大学高知学習センター

(☎843-4864)までご請求ください。放送大学ホームページでも受け付けています。