

暮らしの 情報広場

掲載した各種イベント等は主催者の都合により中止・延期等となる場合がありますので、ご了承ください。また、各種イベント等に参加する際は必要に応じた感染症対策にご協力をお願いします。



「男女共同参画意識啓発講演会」開催！

女性のロールモデル（具体的な行動や考え方の規範となる人物）を広く紹介することにより、ライフイベントを見据えた長期的な視点で女性が自らの人生設計を行い、働き続けることを支援するとともに、女性のワークライフバランスを実現するため、講演会を開催します。

日時…11月18日(土) 14:00～(受付13:30～)
場所…市民学習情報センター1階 大教室
講師…コギンザシスト 三つ豆 工藤夕子
演題…好きな「ものづくり」が生業になりました

自らの意志によって職業生活を営む女性のロールモデルとして青森県伝統工芸士の工藤氏に「こぎん刺し」との出会いから現在までのお話を伺います。

参加費…無料
定員…50名(先着順)
申込期限…11月10日(金)

申込方法

▷市LINE メニューの「市からのお知らせ」から「男女共同参画講演会」の「詳細および申込画面へ」
▷メール danjo@city.goshogawara.lg.jp
▷FAX 35-3617
*メールまたはFAXの場合は、下記必要事項を記載して申込みください。

①参加者氏名(ふりがな) ②住所 ③電話番号
*申し込まれた方には、後日、受付番号をお知らせします。

問い合わせ先

ふるさと未来戦略課男女共同参画室 内線2237



「こころの健康講座」でフレイル予防

「大切な方を亡くされた方へのメッセージ」をテーマに、精神科医やNPO法人青森音楽療法研究会による「こころの健康講座(一体的実施事業)」を開催します。

高齢期特有のライフイベント(配偶者や友人との死別、定年退職等)での「喪失」体験は、精神機能の低下に影響し、精神的フレイル(ストレスに対する回復力が低下した状態)に陥りやすくなります。日常的な不安や悩みを感じたときの感情の整え方やヒントが見つかります。

日時…12月7日(木) 13:00～15:30(受付12:30～)
場所…市役所2階B・C・D会議室
対象…おおむね65歳以上の市民
内容

①講話「悲しみのマネジメント」(60分)
講師 弘前愛成会病院
精神科医 平野敬之氏

②講話・演習(75分)

「こころの健康と音楽の“チカラ”」
講師 NPO法人青森音楽療法研究会
理事長 佐々木純子氏、理事 櫻庭由美氏
(日本音楽療法学会認定音楽療法士)

申込み…11月17日(金)までに電話にて受付します(先着25名)。

問い合わせ・申込先…国保年金課 内線2347

◎広報有料広告

現地確認 見積り無料 屋根・外壁の塗り替え

全面改装リフォーム
中古住宅改装
減築、増築

一般建設業 青森県知事許可(般-29)第400424号
・リフォームローン固定2.95%回信付き15年まで可
・昭和58年度五所川原工業高校卒 前田昭仁(写真中央)
◆ホームページは◆
Google

屋根、外壁リフォーム専門店
電話は今すぐ、こちらから

アートリフォーム(株) 0173-33-4713 アートリフォーム株式会社
五所川原市七ツ館虫流51-29 お電話は担当 前田まで『増改築相談員がいるお店』

それは **後鼻漏!**?

鼻水がのどに流れたりしませんか?

いわや薬品 新町本店
【健康相談】(34)3939

駅前店 (34)5088
美容相談 (33)6742

お気軽にご相談下さい

五所川原市を応援します!!