

### ビジネスの基本力 若手フットワークアップ研修

県では、中小企業で働く方のスキルアップを応援するため、若手社員を対象に研修会を開催します。

- ▼日時 1月30日(木)  
9時30分～16時30分
- ▼場所 安曇川公民館
- ▼内容 言葉遣い、基本動作、電話対応等のビジネスマナーの基本を再確認し、対話力、接客マナー、コミュニケーション力を強化します。
- ▼参加費 無料
- ▼申込締切 1月20日(月)

### 確定申告決算説明会

確定申告と決算申告について、改正点を踏まえて基本事項を説明します。ぜひご参加ください。

- ▼日時 1月30日(木) 13時～16時
  - ▼場所 今津東コミュニティセンター
  - ▼対象者 市内在住の方
  - ▼受講料 無料
- ☎ 公益社団法人 今津納税協会  
(22) 37333

## 催し

### 新旭水鳥観察センター ～冬のカモスケッチ大会～

冬は水鳥が一番多い季節です。新旭水鳥観察センターの前には、多い時で数千羽の水鳥がやってきます。特にカモは見つけやすく、種類によって色や模様もさまざまです。暖かい室内で楽しく観察し、好きなカモを絵に描いてみましょう！お描きいただいた絵は、水鳥観察センターのギャラリーに展示させていただきます。ぜひお越しください。

- ▼開催期間 2月23日(日)まで  
(火曜日休館、開館時間10時～17時)
- ▼参加費 小・中学生 無料  
高校生以上 200円  
(入館料)

☎ 新旭水鳥観察センター  
(25) 58003

### 国際交流サロン

午前10時～午後2時  
手作りの箸を作ります。  
午後は、鯖街道朽木の伝統食と石窯を使った料理を楽しんでいただきます。地域の方との交流を深めます。

- ▼日時 1月11日(土)

英語サロン 中級	ケビン・ディーガン先生
講師	
日程	1月11日(土) 18日(土)
時間	・9時30分～10時30分 ・10時45分～11時45分
場所	今津東コミュニティセンター

- ▼参加費 一般 1回600円  
(会員300円)  
小学生以下 1回300円
- ※さらにお得な会員用T-IFAカードも今津東コミュニティセンターで販売しています。  
(10回分+1回 3,000円、小学生以下 1,500円)
- ▼定員 各回10人(先着順)
- ▼申込方法 電話、ファックス、メール

☎ 高島市国際協会  
(20) 11800  
☎ (20) 11802  
✉ tifa822@ares.eonet.ne.jp

### くつきの森ビギナーズ+α ～ひのきの著作体験&鯖街道朽木の伝統食・石窯料理～

午前10時～午後2時  
手作りの箸を作ります。  
午後は、鯖街道朽木の伝統食と石窯を使った料理を楽しんでいただきます。地域の方との交流を深めます。

- ▼日時 1月11日(土)

走ってしまうなどの恐ろしさが問題となっています。  
インターネットによるいじめやトラブルは、本人が声をあげ、助けを求めることが必要ですが、何よりも誰もが相手の気持ちを考えることが大切です。今回は「インターネットと子どもの人権」をテーマに講座を行います。

- ▼日時 1月15日(水) 10時30分～12時
  - ▼場所 安曇川公民館
  - ▼講師 原 清治さん  
(佛教大学教育学部部長)
  - ▼定員 60人
  - ▼参加費 無料
  - ▼申込締切 1月10日(金)
  - ▼申込方法 電話、ファックス、メール
- 参加される方の住所、氏名、連絡先をお知らせください。

☎ 社会教育課  
(32) 4457  
(32) 1135  
✉ syakyo@city.takashima.siga.jp

### あなたの理想に近づけ！ スマートダイエット教室

「目標3か月で3kg減量」に挑戦しませんか。健康的にやせるコツを学び、実行し続けることで3kg

やせることを目指します。

- ▼日時 いずれも10時～11時30分  
①1月30日(木)、②2月14日(金)、  
③2月27日(木)、④3月20日(木)
- ▼場所 高島保健センター
- ▼対象者 40歳～おおむね60歳までの市民(定員 15人)
- ※おおむね4回通じて参加できること
- ▼内容 講話・食事調査・運動量と食事量を比較しアドバイス・運動指導など
- ▼参加費 無料
- ▼申込締切 1月20日(月)
- ▼申込方法 電話、ファックス

☎ 高島保健センター  
(36) 80008  
(36) 8118

### 健康推進員による 減塩みそ汁・野菜 ワンプレート料理講習会

みそ汁は家庭の味を代表する料理です。塩分測定器を使って家庭の味と比較してみましょ。当日、お持ちいただきましたら、自宅のみそ汁の塩分測定もします。

- ▼日時 1月23日(木) 10時～14時

### 障がい者対象 気功教室

気功とは「気」を充実させて、健康な精神と身体を養う健康法です。障がいのある方も無理なく参加できます。お気軽にご参加ください。

- ▼日時 1月24日(金)  
13時30分～15時
- ▼場所 今津東コミュニティセンター
- ▼対象者 高島市在住で障害者手帳をお持ちの方
- ▼参加費 無料
- ▼申込締切 1月21日(火)
- ▼申込方法 電話、ファックス

☎ 湖西総合在宅サービスセンター ほろん  
(22) 4041  
☎ (22) 4131

### 第3回人権教育基礎講座

インターネットによるいじめなど、自分は傷つけていないつもりでも、相手を傷つけている場合があります。不特定多数によるインターネット上のいじめは、より相手を傷つけやすいうえに、いじめる側はいじめているという意識が低くなり暴

- 午前部 午前10時～12時
- 午後部 午後12時～15時
- ▼場所 森林公園くつきの森
- ▼定員 各30人
- ▼参加費 午前部：大人1,000円  
中学生以下500円  
午後部：大人1,000円  
中学生以下500円
- ▼申込締切 1月8日(水)  
(定員になり次第締め切り)
- ▼申込方法 メール、ファックス
- ※中学生以下は保護者同伴。  
※詳しくはホームページをご覧ください。  
※お問い合わせください。

☎ 森林公園くつきの森  
(38) 80099  
(38) 8012  
✉ asosatyama@zb.ztv.ne.jp  
✉ 森林公園くつきの森で検索

### たかしまキノウィンター フェスティバル2014

この冬もマキノ高原でジェエラートの早食い競争や雪上での綱引き大会など一風変わったイベントを楽しもう！お子さんからおじいちゃん、おばあちゃんまで、みんなで楽しめる内容が盛りだくさん！ご家族、お友達みんなでお越しください。

- ▼日時 1月25日(土) 10時～16時
- ▼場所 マキノ高原マキノスキー場
- ▼内容 ウルトラマンギンガショー、うたのおねえさんとあそぼう！、ピノ大会、ジェエラートの早食い競争、動物たちと綱引き大会、雪上バナナボート、ふるさとバザール等
- ※駐車場代として、1,000円が必要。
- ※サバイベントは一部有料です。
- ※積雪状況などによりイベント内容を変更する場合があります。

☎ 四季遊園マキノ交流促進協議会  
(マキノツーリズムオフィス内)  
(28) 80002

