催し　市民講座

①誰でも作れるかわいい練り切り
とき／11月6日(木)10時～12時30分
ところ／あやめ会館1階調理実習室
内容／秋の練り切りを4品作成(うさぎ、吹き寄せ、栗、柿)
対象／18歳以上12人(定員超過の場合は市民優先で抽選)
料金／1，100円
申込／10月22日(水)までにQRまたは電話で

②楽しいそば打ち体験
とき／11月19日(水)9時～12時30分
ところ／あやめ会館1階調理実習室
内容／2人1組でそば打ち体験
対象／18歳以上16人(定員超過の場合は市民優先にて抽選)
料金／1，200円
申込／11月3日(月・祝)までにQRまたは電話で
問 生涯学習課
☎055(948)1461

催し　ハロウィンナイト星空観測会in城山

月光天文台協力のもと、星空観測会を開催します。仮装して参加した子どもには、お菓子をプレゼント！家族や友達と一緒にぜひご参加ください。
とき／10月25日(土)17時～20時30分(雨天・強風中止)
ところ／川の駅 伊豆城山
内容／土星や秋の星座を望遠鏡で観察、星座や天体について学ぶミニ講座
問 川の駅 伊豆城山
☎0558(99)9766

催し　長岡温水プール水泳教室

①膝痛・腰痛改善水中運動教室(全10回)
とき／10時～10時45分
A：【毎週火曜日】10月14日(火)～12月16日(火)
B：【毎週水曜日】10月15日(水)～12月17日(水)
対象／膝痛や腰痛があり、運動が必要な人

②大人初心者水泳(全10回)
とき／9時～9時45分
【毎週水曜日】10月15日(水)～12月17日(水)
対象／水泳をやってみたい大人10人
【①・②共通】
料金／10回 4，400円(入場料別途350円)
申込／プール受付で
問 長岡温水プール サンゆう
☎055(947)0176

催し　「しずおか遺産」スタンプラリー

「しずおか遺産」の構成文化財など、県内120カ所以上を対象にしたデジタルスタンプラリーです。スタンプを集めて応募すると、抽選で景品が当たります。
とき／10月1日(水)～12月31日(水)
ところ／伊豆長岡温泉いづみ荘ほか
対象／県公式観光アプリ「TIPS」ユーザー
※参加方法などの詳細はQRをご覧ください。
問 しずおか遺産活用推進実行委員会事務局
☎054(221)2554

催し　第21回市民文化祭

コーヒー・お茶・花生け体験や、ステージと客席一体での合唱など、参加体験型のプログラムを多数ご用意。文化の秋を満喫しませんか。
とき／10月12日(日)9時30分～16時、10月13日(月・祝)9時30分～15時30分
ところ／アクシスかつらぎ
※駐車場に限りがあります。
※入場無料
問 生涯学習課
☎055(948)1461
▲詳細(市HP)

催し　『里親』に関するパネル展示

10月の「里親月間」に合わせ、パネル展示を行います。
とき／①～10月15日(水)
②～10月30日(木)
ところ／①中央図書館 ②大仁庁舎
※里親制度の詳細はこども家庭庁HPをご覧ください。
問 こども家庭センター
☎0558(76)8008
▲詳細(こども家庭庁HP)

催し　スポーツ体験講座「スポラブ」後期

運動する機会が少ない、体を動かすことが苦手と思っている小学生向けに、「やってみたい」という気持ちを育むスポーツ講座です。
とき／**【オリエンテーション】**11月16日(日)13時30分～14時30分
【講座】12月21日(日)、令和8年1月25日(日)、2月1日(日)10時～11時
ところ／あやめ会館3階多目的ホール
対象／支援学校・支援学級に在籍している小学生と保護者8組
※歩行に困難を伴わないこと
料金／子ども1人につき300円(全日程分)
申込／10月1日(水)～31日(金)17時15分までにQR、電話、窓口で
※電話受付：平日8時30分～17時15分
問 生涯学習課
☎055(948)1461

催し　あいキッズ2学期講座(後半)

①草花のたたき染めハンカチづくり
とき／11月2日(日)10時～11時30分
ところ／あやめ会館実習室
内容／たたき染めで自分だけのオリジナルハンカチ制作
対象／小学1年生～中学3年生10人
料金／600円
申込期限／10月20日(月)

②ダッチオーブンで作るロースストポークとジャンバラヤ
とき／11月22日(土)9時30分～13時
ところ／野外活動センター
内容／ローストポークとジャンバラヤの調理
対象／小学1年生～中学3年生30人
料金／800円
申込期限／11月9日(日)
【①・②共通】
申込方法／QRから
問 生涯学習課
☎055(948)1461

催し　第21回市民ふれあい広場

市内の福祉団体・ボランティア団体など、さまざまな団体が出店・出演する福祉・健康のお祭りです。
とき／10月18日(土)9時30分～14時(小雨決行)
ところ／韮山福祉・保健センター
内容／**【ステージイベント】**小学生「ふくしの絵」表彰、餅まき、芸人パフォーマンス、福祉事業PR、韮山高校吹奏楽部による演奏など
【福祉団体による出店】焼きそば・餃子などの食べ物、金魚すくいなどのゲーム、バザー、健康チェック、歯科検診など
【その他】
福祉体験スタンプラリー(手話、点字、車いす、電動カート試乗など)、介護相談コーナーなど
問 社会福祉協議会
☎055(949)5818

募集　シルバー人材センター会員

定年後の社会貢献・生きがいづくり・新たな挑戦の場として働いてみませんか。
対象／市内に在住するおおむね60歳以上の人
年会費／2，000円
【合同説明会】
毎月20日13時30分～
※詳細は問い合わせください。
問 シルバー人材センター
☎055(948)9526
▲詳細(HP)

相談　なんでもかんでも相談会

病気や障がい、仕事や生活、法律、子どもの発達に関することなど、困りごと何でもご相談ください。状況に応じてオンライン相談も可能です。
とき／11月8日(土)13時30分～15時30分
ところ／あやめ会館3階
内容／**【ステージイベント】**医療・福祉・司法に関する相談
※医師、弁護士、社会福祉士など専門職が相談を受けます。
料金／無料
申込／静岡市清水医師会(☎054(344)0550)に電話で
※申込時に相談内容を伺います。
問 社会福祉課
☎0558(76)8004

休日の診療医
9時～17時

診療医が変わる場合があります。事前に右のQRから田方医師会HPをご確認ください。

5(日)	▶ベビー＆レディースクリニック山口医院(函南町／婦人／☎055-978-0022) ▶JA静岡厚生連中伊豆温泉病院(伊豆市／内・整外・外／☎0558-83-3333)
12(日)	▶恵泉クリニック(四日町／内／☎055-949-7770) ▶河野内科医院(南條／内・循環器／☎055-940-2355)
13(月・祝)	▶慈広会記念病院(長岡／内・リハ／☎055-947-0511) ▶修善寺クリニック(伊豆市／内・皮膚／☎0558-72-7272)
19(日)	▶おりた内科小児科(函南町／内・小児／☎055-978-7622) ▶伊豆赤十字病院(伊豆市／内／☎0558-72-2148)
26(日)	▶くきの皮膚科(四日町／皮膚／☎055-940-2000) ▶中伊豆リハビリテーションセンター(伊豆市／内・整外・リハ／☎0558-83-2111)

不用品活用バンク

問 廃棄物対策課　☎0558-76-8001

あげます
ハンディアイロン
茶釜　食器棚　ほか

ください
自転車　万歩計　弓道道具
目覚まし時計　電気ケトル
大人用三輪自転車　ほか

全て無償での譲渡です。詳しい決まりと最新情報は市HPをご覧ください。
◀市HP