令和７年度 サンライフ八代主催講座生募集

●申込方法
来館の場合　未使用のはがき（自分の住所、氏名を記入）を持参の上、所定の用紙で申し込んでください。
郵送の場合　往復はがきに ・希望講座名 ・氏名（ふりがな） ・年齢 ・性別 ・住所 ・連絡用電話番号 ・抽選にもれた場合キャンセル待ちを（する・しない）を記入の上、送付ください。
※１講座につき１枚のはがきで申し込みください。複数名の記入は不可。

●送り先　〒866-0896 八代市日置町692-1　サンライフ八代　宛て

●締　切　2月18日(火) 締切厳守
※結果は３月中旬に、はがきで通知します　※申し込み多数の場合は、抽選となります。

曜日	講　座　名	活動週	時　間	受講料（1カ月）	募集人数
月	水彩画	第1・3	10:00～12:00	1,200円（材料費別）	20
	いきいき体操	第1・3・4	13:30～15:00	1,800円	20
火	すこやか体操	第1・2 3・4	10:00～12:00	2,400円	20
	クノンヨーガ 火曜日	第1・2 3・4	10:00～11:30	2,400円	20
	パンとお菓子	第1・3	13:00～15:30	1,200円（材料費別）	18
	絵手紙	第2・4	13:30～15:30	1,200円	20
	健康維持体操	第1・2 3・4	13:30～15:15	2,400円	20
水	楽しい料理とデザート	第2・4	9:30～12:30	1,200円（材料費別）	20
	楽々エアロビ	第1・2・4	10:00～11:30	1,800円	20
	クノンボール貯筋運動	第1・3	13:30～15:00	1,200円	20
	実用書道	第1・3	13:30～15:30	1,200円	20
	色えんぴつで楽描き	第2・4	13:00～15:00	1,200円	20
木	クノンヨーガ 木曜日	第1・2 3・4	10:00～11:30	2,400円	20
	コリと痛み 改善体操	第1・2 3・4	13:30～15:30	2,400円	20
金	クノンヨーガ 金曜日	第1・2 3・4	13:30～15:00	2,400円	20
土	ヘルシー家庭料理	第1・3	9:30～12:00	1,200円（材料費別）	20
	ペン習字	第1・3	9:30～11:30	1,200円	18
	フラワーアレンジメント	第2・4	10:00～12:00	1,200円（材料費別）	20

●問合せ　サンライフ八代　☎ 32-7171
※週に関しては、変更になる場合があります。
※定数に満たない場合は、講座を中止することがあります。

令和７年度 フレンドリーやつしろ主催講座受講生募集（４月～）

曜日	講　座　名	活動週	時　間	受講料（6カ月）	募集人数
月	アンチエイジングヨーガ	第2・3・4	10:00～11:30	9,000円	10
	初心者のための絵手紙	第2・4	10:00～12:00	6,000円	5
	健康マージャン	第1・2・3	13:30～15:30	9,000円	4
	楽しく歌おう会	第2・4	13:30～15:30	6,000円	10
	やさしいウクレレ	第2・4	19:00～21:00	6,000円	3
火	季節の料理とお菓子(火)	第2・4	9:30～12:00	6,000円	若干名
水	楽しいレクダンス	第1・2・3	10:00～12:00	9,000円	5
	基礎から学ぶペン習字	第1・3	10:00～11:30	6,000円	3
	グラスアート	第2・4	10:00～12:00	6,000円	5
	男のパン教室	第3	9:30～12:00	3,000円	5
	憩いのコーヒー教室	第4	10:00～11:30	3,000円	16
	パソコン講座	第1・2・3	19:00～21:00	9,000円	3
	アレンジフラワー	第1・3	19:00～21:00	6,000円	5
	ボディメイクストレッチ	第1・3	19:20～21:00	6,000円	5
木	楽しく筋膜リリース	第1・2・3	10:00～11:30	9,000円	5
	家族のための健康料理	第1・3	9:30～12:00	6,000円	3
	パッチワーク	第1・3	10:00～12:00	6,000円	5
	季節の料理とお菓子(木)	第2・4	9:30～12:00	6,000円	6
	英会話	第2・4	10:00～11:30	6,000円	5
	バレエストレッチ	第1・2・3	14:30～16:30	9,000円	5
金	社交ダンスひまわり	第1・2・3	10:00～12:00	9,000円	5
	初めての英会話	第1・3	13:30～15:00	6,000円	5
	着物着付け（金）	第1・3	10:00～12:00	6,000円	3
	初めての服作り	第2・4	10:00～12:00	6,000円	5
	楽しい太極拳	第1・2・3	14:00～16:00	9,000円	5
	楽しく肥後狂句	第3	14:00～15:30	3,000円	5
	ヒップホップジャズダンス	第1・3	20:00～21:00	6,000円	5
土	美姿勢トレーニング	第1・3	9:30～11:00	6,000円	5
	えんぴつ似顔絵教室	第1・3	10:00～11:30	6,000円	5
	体にやさしいパン作り	第1	9:30～12:00	3,000円	5

●申込み　来館または電話で申し込みください。（定員になり次第終了）

●費　用　教材費は別途必要です。受講料は入会時、半年分を一括納入してください。

●問合せ　フレンドリーやつしろ（八代市働く婦人の家）　☎ 35-6460　八代市清水町2-94
※託児無料（満２歳から就学前６歳まで）受付時に申し込みください。

八代市デジタルサービス相談窓口が始まります

八代市デジタルサービス相談窓口は、スマホの基本的な使い方や、本市が提供しているデジタルを活用した行政サービスについて相談できる窓口です。

【窓口で相談できるデジタル行政サービス】
- 八代市スマート避難所システム「はちパス」
- 防災アプリ「@InfoCanal(アットインフォカナル)」
- ごみ分別アプリ「さんあ～る」
- 道路情報マップ「Yd マップ」
- 公共施設予約システム

●日　時　２月１日(土)～
●場　所　ソフトバンクショップ八代中央店
ソフトバンクショップゆめタウン八代店
●対象者　市内在住者（携帯キャリアは問いません）
●定　員　各回１～３人
●費　用　無料

●申込方法
ソフトバンクショップ八代中央店、ゆめタウン八代店に電話で予約
●申込先
ソフトバンクショップ八代中央店　☎ 39-8805
ソフトバンクショップゆめタウン八代店　☎39-7117
●問合せ　デジタル推進課　☎ 33-4103

障がいのある人の相談窓口がエリア担当制に変わります

現在
主に障がい種別ごとに対応

4月1日～
４つのエリアに分け、エリアごとに対応

新しい相談先はこちら

● エリア１
氷川町、東陽、泉、鏡
ひかわ
氷川学園相談支援事業所 風舎
八代郡氷川町宮原1167-2
電　話 62-4081
相談員 090-5730-7102
ＦＡＸ 62-4080
メール soudan@seiryu-hikawa.com
営業日　月～金（祝日を除く）
営業時間　8：30～17：30

● エリア２
太田郷、昭和、龍峯、千丁、八千把
すまいる
地域生活相談支援センター すまいる
八代市田中西町11-2
電　話 45-9956
相談員 080-9671-8918
ＦＡＸ 45-9956
メール smile.note02@outlook.jp
営業日　月～土（祝日を除く）
営業時間　8：30～17：00

● エリア３
松高、郡築、麦島、八代、代陽
しおん
計画相談支援所 しおん
八代市西片町1717-1
電　話 090-2338-6072
相談員 090-2773-8975
080
メール shion0501@triton.ocn.ne.jp
営業日　月～土（祝日を除く）
営業時間　8：30～17：30

● エリア４
植柳、高田、金剛、宮地、日奈久、二見、坂本
えなん
かんねさこ荘 相談支援事業所
八代市松江本町5-15
電　話 45-9012
相談員 080-1786-6955
ＦＡＸ 45-9013
メール kanne-soudan@ia3.itkeeper.ne.jp
営業日　月～金（祝日を除く）
営業時間　8：30～17：30

こんなときに相談できます
手続きについておしえてもらいたい
困りごとを相談したい

● これまで相談をしていた人へ
住まいのエリアの相談先がこれまでの相談先と異なる場合でも、特別な手続きをすることなく、引き続き新しい相談先に相談できます。
※障がい福祉サービスなどを利用している人は担当の相談員へ相談してください。

●問合せ　障がい者支援課　☎ 35-0294