

## 健康・福祉

### シニアライフアップ講座Ⅱ「はじめてヨガ教室」

肩こりなど体の不調をツボ押しで整える、シニア層に優しいヨガの体験講座です。

🕒 10月13日(金) 10:00～11:30

🆚 市内在住の60歳以上

📋 10人程度（抽選）

💰 200円

📄 10月10日(火)までに電話・メール・窓口・Webフォーム（QRコード）のいずれか

📍 問 市民交流センター（里根町）

☎・FAX 23-3582

✉ higashiyama\_ha

@ma.city.hikone.

shiga.jp

【HP 番号：14174】



### 私たちができること ～ヤングケアラーの声から～

ヤングケアラーの現状と課題を学び、支援の連携や準備・あり方について、子どもたちと関わる様々な立場からともに考えていきましょう。

🕒 10月21日(土) 13:30～15:30

📍 滋賀県立大学（八坂町）

📋 80人（先着順）

📄 Webフォーム（QRコード）

📍 問 滋賀県立大学人間看護学部

地域交流看護実践研究

センター☎ 28-8633

FAX 28-9502



### 男性介護者のつどい

#### 彦根こんき会

認知症などの家族を介護する男性同士で語り合しましょう。

🕒 10月9日(月・祝) 10:30～15:00

📍 場 市民交流センター（里根町）

🆚 対 認知症の家族を介護する男性

💰 ￥ 200円（昼食代は実費）

📍 問 家族の会滋賀県支部（小宮さん）

☎ 080-3797-4530

### はじめての手話講座

あいさつや生活でよく使う手話を学びながら、聞こえないことについての理解を深めましょう。

🕒 11月6日～同27日（毎週月曜日全4回） 19:00～21:00

📍 場 障害者福祉センター（平田町）

🆚 対 次の項目全てに該当する人

▶ 手話の学習経験がない

▶ 全講座（4回）に出席できる

▶ 15歳以上（中学生は除く）で市内在住・在勤・在学

📋 定 20人（抽選）

📄 申 10月2日(月)～同18日(火)にFAX・メール・窓口・郵送のいずれか

📍 問 障害福祉課

(〒522-0041 平田町670)

☎ 27-9981 FAX 30-9231

✉ shogaifukushi@ma.city.

hikone.shiga.jp

【HP 番号：23083】

### 介護家族のつどい ほっこり

認知症などの家族を抱える介護者同士が、日頃の思いを共有したり、情報交換などをしたりする会です。

🕒 10月10日(火) 13:30～15:00

📍 場 くすのきセンター（八坂町）

🆚 対 認知症などの家族を抱える介護者

📋 定 20人（先着順）

💰 ￥ 200円（茶菓子代・初回参加の人は無料）

📍 問 介護家族のつどい ほっこり

（簗さん）

☎ 090-7961-3856 FAX 43-4478

【HP 番号：2195】

### 脳の健康チェック

タッチパネルを使った、脳の健康チェックを実施します（所要時間5分程度）。

🕒 11月11日(土) ▶ 10:00～11:00 ▶ 11:00～12:00

📍 場 東地区公民館（大東町）

🆚 対 40歳以上 定 各回10人

📄 申 電話またはFAX（FAXの場合は、①氏名②希望時間帯③連絡先（電話またはFAX）を記入）

📍 問 彦根市認知症HOTサポートセンター（平日9:00～17:00）

☎ 30-9601 FAX 26-2500

【HP 番号：8743】

### 生活サポーター養成講座

高齢者の自宅を訪問し、買い物や掃除など日常生活の支援を行う人を養成する講座を開催します。

🕒 11月20日(月) 13:30～16:00（受付13:15～）

11月21日(火) 9:15～16:30（受付9:00～）

📍 場 福祉センター（平田町）1階

🆚 対 過去に当講座を受けたことがなく、全日程に出席でき、以下のいずれかに該当する人。

▶ 介護予防・日常生活支援総合事業の生活支援サービスに従事しようとする人

▶ 60歳以上で受講後にシルバー人材センターに登録できる人

📋 定 20人（先着順）

📄 申 10月2日(月)～11月1日(火)に電話またはFAX

📍 問 高齢福祉推進課

☎ 23-9660 FAX 30-9231

### 滋賀県立盲学校 職業課程 オープンスクール

視覚障害者のための職業課程『あん摩マッサージ指圧師・はり師・きゅう師養成課程』のオープンスクール（授業見学・体験など）を行います。

🕒 11月8日(火) 9:35～12:35

📍 場 滋賀県立盲学校（西今町）

💰 ￥ 無料（給食試食希望の場合330円必要）

📄 申 11月2日(木) 16:45までに電話（給食試食希望の場合は10月20日(金)まで）

📍 問 滋賀県立盲学校保健医療科・理療科（職業科）教育相談担当（各務さん・中尾さん）

☎ 22-2321（平日8:45～16:45）

### 見えにくい・見えなくなられた方のための相談会

視覚障害のある人が、日常生活を送る上での困りごとなどを、同じように視覚障害のある人に気軽に相談できます。

🕒 10月19日(木) 13:00～16:00

📍 場 滋賀県立視覚障害者センター（松原一丁目）

🆚 対 市内在住の視覚障害のある人またはその家族

📄 申 電話またはFAX

📍 問 滋賀県立視覚障害者センター

☎ 22-7901 FAX 22-7890

### 元気21歩こう会

秋のバラを楽しみましょう（庄堺バラ園コース）。

🕒 10月21日(土) 13:30～15:00

📍 場 滋賀県立大学（八坂町）南側駐車場に集合

💰 ￥ 100円（保険代）

🗑 他 飲み物をお持ちください。

📍 問 健康推進課（ひこね元気クラブ21）

☎ 24-0816 FAX 24-5870

### 彦根市精神障害者家族会集まろう会 家族懇談会

精神障害者のおられる家族は、悩み、迷いなどを持ちつつも誰にも相談できず孤立しがちです。同じ悩みを持つ仲間と話し合いましょう。

🕒 10月17日(火) 13:30～15:00

📍 場 障害者福祉センター（平田町）

📍 問 集まろう会（川並さん） ☎ 090-2384-7060 FAX 23-2088

## スポーツ

### わた SHIGA 輝く国スポ・障スポ（2025 年開催）

#### 彦根市ボランティア募集

彦根市開催競技の大会運営（受付・会場案内、弁当配布など）をお手伝いいただくボランティアを募集します。応募方法、応募要件、活動内容など詳しくは実行委員会ホームページ（QRコード）をご覧ください。

📍 問 わた SHIGA 輝く国スポ・障スポ彦根市実行委員会（〒522-8501 元町4-2）

☎ 30-6141

FAX 23-2660



### 彦根市スポーツ振興支援 秋期ゴルフ大会

🕒 11月14日(火)（時間は申込時に調整）

📍 場 彦根カントリー倶楽部（鳥居本町）

💰 ￥ 2,000円（別途プレー代9,000円）

📄 申 10月2日(月)～11月3日(金・祝)

にFAX・メール・窓口のいずれか ※先着順、定員になり次第受付を終了します。

### 彦根市スポーツ振興支援 秋期グラウンド・ゴルフ大会

🕒 11月27日(月)（予備日：同28日(火)）

📍 場 荒神山公園グラウンド・ゴルフ場（日夏町）

💰 ￥ 500円

📄 申 10月2日(月)～同23日(月)に窓口

## 共通事項

📍 問 （一社）彦根市スポーツ協会事務局（プロシードアリーナ HIKONE 内）

☎ 30-9674 FAX 30-9675

✉ h-spokyo@aurora.ocn.ne.jp

## 文化・芸術

### 足軽辻番所サロン 芹橋生活

「家からみる大名・井伊家彦根藩」の著者・野田浩子氏が大河ドラマに登場する井伊直政や、新たにわかった井伊家の様子をお話しします。

🕒 10月1日(日) 10:30～12:00

📍 場 辻番所（芹橋二丁目）

📋 定 35人（先着順）

💰 ￥ 100円（資料代）

🗑 他 駐車場なし・駐輪場あり

📍 問 彦根辻番所の会（渡辺さん）

☎ 23-3073

### 歴史ビギナー講座

①【旧井伊神社社殿】江戸時代末期に井伊家の祖先を祀るために建てられた彦根市指定文化財旧井伊神社社殿について学びます。

②【発掘！稲部遺跡】稲枝地域で発掘された邪馬台国と同時期の大規模集落の最新情報について学びます。

🕒 ① 10月27日(金) 10:00～11:30

② 11月10日(金) 10:00～11:30

📋 定 各回10人（抽選）

💰 ￥ 各回200円

📄 申 ① 10月10日(火)～同24日(火)

② 10月10日(火)～11月7日(火)に

電話・メール・窓口もしくはWebフォーム（QRコード）

📍 場 問 市民交流センター（里根町）

☎・FAX 23-3582

✉ higashiyama\_ha@ma.city.hikone.shiga.jp

【HP 番号：13206】



▲旧井伊神社社殿



▲発掘！稲部遺跡