

講座・教室

女性のためのスマートワーク

とき 12月8日(金)
午後2時～4時30分
ところ 市民交流プラザ「トワール」
演題 自分らしい働き方で職場に貢献する
対象 就業している女性、再就職を考えている女性など
定員 30人(先着順)
申し込み方法 商工観光課に備え付け、または市ホームページからダウンロードした申込書に必要事項を記入の上、申し込みください。
申問 商工観光課 ☎ 51-6773
メール shokokanko@city.towada.lg.jp



健康とわだポイントラリーはこのマークが目印です▶



ポイントラリー応募用紙をお持ちの人は持参してご参加ください。
申問 健康増進課 ☎ 51-6791

中央病院「市民健やかゼミナール」



とき 12月21日(木) 午後4時～5時
ところ 中央病院別館2階 講堂
演題 「安全な輸血について」
講師 中央病院臨床検査科 三浦 創 臨床検査技師
※講演終了後、転倒予防の運動を10分程度行います。
※直接会場にお越しください。
申問 中央病院業務課 ☎ 23-5121 (内線 3220)

第6回十和田市民「あんしん生活活用講座」



とき 12月15日(金)
午後6時30分～7時30分
ところ 中央病院 エントランス
内容 地域を支える総合診療について
講師 弘前大学 総合地域医療推進学講座 米田 博輝 医師
開催方法 来場(先着50人) オンライン(Zoom)
申込期限 12月11日(月)
申し込み方法 電話またはQRコードから申し込みください。
申問 医療介護連携相談支援センター(中央病院内) ☎ 23-5121



申し込みはこちらから▶



市民の広場

**池坊いけばな教室
クリスマスの花を楽しみましょう**

とき 12月16日(土)
午後1時30分～3時
ところ 市民交流プラザ「トワール」
内容 花で赤鼻のトナカイを作り、花をいけ、星を飾ります。完成作品は器のまま持ち帰ることができます。
対象 小学生～一般(小学生は保護者同伴)
定員 20人(先着順)
費用 1,100円(花材代)
持ち物 おしぼり大のタオル
申込期限 12月13日(水)
申問 池坊十和田支部・松田 ☎ 090-2369-7831

市民の皆さんが行う催しの紹介、サークルなどの会員募集のコーナーです。
費用の記載がないものは無料です。
掲載希望の団体、サークルの人は市ホームページをご覧ください。

とわだわくわく子育て講座

子どもの個性とどう向き合っていくたらよいか、一緒に学んでみませんか。
とき 12月13日(水)
午後6時～7時30分
ところ 市民交流プラザ「トワール」
演題 「一人一人の豊かな成長のために」
講師 市教育委員会 指導課 対馬 拓也 指導主事
対象 子育て中の人、関心のある人
定員 20人(先着順)
費用 500円(会場費など)
申込期限 12月7日(木)
申問 とわだわくわく子育て応援隊 ☎ 090-2953-1098

第24回舞悠会演芸会

とき 12月2日(土)
午後1時～3時30分
ところ 沢田悠学館
内容 新舞踊、歌謡など
申問 舞悠会・新屋敷 ☎ 090-1061-6904

ゲートボールに触れてみよう

ゲート通過・ビンゴボードでゲーム感覚で楽しみながら、ゲートボールにふれてみませんか。「文部科学大臣杯2023年全日本選手権大会」では本市の「十和田西」チームが優勝しました。
とき 12月3日(日)
午前9時30分～11時30分
ところ 屋内グラウンド「こまかいどーむ」
※悪天候の際は、上履きをご持参ください。
申問 十和田市ゲートボール協会・蛸名 ☎ 090-2842-4979

【有料広告欄】 「広報とわだ」に広告を掲載しませんか。申し込み先 総務課広報男女参画係 ☎ 51-6702

移住ポータルサイト「日々コレ十和田ナリ」

- ・十和田市の魅力や暮らしの情報を発信
- ・移住者インタビュー記事を随時更新
- ・移住支援情報を掲載
- ・十和田市の風景が楽しめる画像を毎月更新

This Cherished Life.
あなたらしい暮らしが
ここ「とわだ」にあります。



広報



とわだ



有料広告募集中

【2色印刷】

1号広告 30,000円 (縦5.0cm × 横18.3cm)
2号広告 18,000円 (縦5.0cm × 横9.0cm)