

## 親子運動あそび教室

親子で楽しく体を動かす教室です。



令和4年2月19日④、27日④、3月6日④、20日④の午前10時～11時(全4回) 所 ジムリナー 対 3歳～5歳児とその保護者

定 10組(抽選) 費 800円  
申 1月21日④までに電話またはメールに子どもと保護者2人分の氏名(ふりがな)、生年月日、住所、電話番号を明記の上、スポーツ推進課(☎025・545・9246、city.joetsu.jp)

詳しくは



## 上越人材ハイスクール 検定・講座

○日商PCC検定2級・3級(データ活用)  
○ワード・エクセルコース  
○JWICADコース



○アーキ溶接特別教育  
○品質管理  
●建築関連技術者養成コース(企業向け)  
○建築科(3年間)  
○左官科(3年間)  
○板金科(3年間)  
所 申 上越人材ハイスクール  
025・23・2690

詳しくは



## 男女共同参画推進センターのもよおし

### ●アンコンシャス・バイアス(無意識の偏見)展 ～私の「当たり前」は本当に「当たり前」?～

「世帯主は男性」、「炊き出しは女性の仕事」など、「男らしさ」「女らしさ」を無意識に決めつけていませんか。誰にでも潜んでいるアンコンシャス・バイアス(無意識の偏見)について展示します。

時 令和4年1月13日④～28日④(最終日は午後5時まで) 所 市民プラザ 男女共同参画推進センター(☎025-527-3624)



### ●自分磨き応援講座「素敵な自分にアップデート!」

自身が希望するライフプランの実現をサポートするため、会話や表情に自信が持てるコツを学びます。

#### ○第1回=「聞き上手は話し上手。会話をUP!」

時 1月27日④午後7時～9時 所 市民プラザ 定30人 講 横田令子さん(コミュニケーション能力1級認定講師)

#### ○第2回=「自分もまわりも幸せに!表情から気持ちを伝えよう」

時 2月3日④午後7時～9時 所 市民プラザ 定30人 講 関原英里子さん(サブファメイクアップアーティスト)

申 1月5日④～各回の前日まで(申込順)

☛ 問合せ…男女共同参画推進センター(☎025-527-3624)

## こどもセンターのもよおし

### ●オンラインおしゃべり会1月

冬の過ごし方をテーマに、みんなで楽しくおしゃべりしましょう。

時 令和4年1月24日④午前10時～11時 所 WEB会議システム「Zoom」を使用しオンラインで開催※事前に操作マニュアルを送付 対 子育て中の人 申 1月17日④までに二次元コードからメールで申し込み

詳しくは



### ●初孫がやってきた!今どきの子育て講座

祖父母世代を対象に、助産師から最近の子育てについて学びます。

時 令和4年2月19日④午前10時～11時45分 所 市民プラザ 対 これから孫を持つ人、孫を育てている人 定40人(抽選) 申 2月7日④まで



☛ 問合せ…こどもセンター(☎025-525-0355)