

介護予防 元気アップ教室(ロコモ予防教室)

「ロコモ」＝「ロコモティブ・シンドローム」とは、“立つ”“歩く”などの、人の動きをコントロールするための運動機能が、衰え始めている状態の事を言います。

身体を動かし、元気な生活が続けられるよう、一緒に運動しませんか！

下半期日程

※変更する場合もあります。

月	日	曜日	時 間	場 所
10月	6	月	10:00～11:30	中津 健康管理センター
	20	月	10:00～11:30	美山 保健福祉センター
	29	水	13:30～15:00	川辺 防災センター
11月	10	月	10:00～11:30	中津 健康管理センター
	17	月	10:00～11:30	美山 保健福祉センター
	26	水	13:30～15:00	川辺 防災センター
12月	1	月	10:00～11:30	中津 健康管理センター
	8	月	10:00～11:30	美山 保健福祉センター
	24	水	13:30～15:00	川辺 防災センター
1月	5	月	10:00～11:30	中津 健康管理センター
	19	月	10:00～11:30	美山 保健福祉センター
	28	水	13:30～15:00	川辺 防災センター
2月	2	月	10:00～11:30	中津 健康管理センター
	9	月	10:00～11:30	美山 保健福祉センター
	25	水	13:30～15:00	川辺 防災センター
3月	2	月	10:00～11:30	中津 健康管理センター
	9	月	10:00～11:30	美山 保健福祉センター
	18	水	13:30～15:00	川辺 防災センター



○ 講 師
くわばら りみ 先生

【注意事項】
運動できる服装で、上履き・お茶・タオル等をご持参ください。

お問合せ 保健福祉課・地域包括支援センター ☎0738-22-9633 FAX 0738-32-7266

なかつ地域子育て支援センター のびのび広場『巡回水族館』

- 令和7年10月20日(月) 10:00～11:00
- なかつ保育所 園庭(雨天の場合は遊戯室)
- すさみ町立エビとカニ水族館の移動型水族館
- 対象 中津・美山地区 1歳以上未就園児親子
- 令和7年10月10日(金)までになかつ地域子育て支援センターへお問い合わせください。

お問合せ なかつ地域子育て支援センター
(なかつ保育所内) ☎0738-24-9330

かわべ地域子育て支援センター かわべほのぼのルーム 『運動会ごっこ』

- 日時: 令和7年10月15日(水)
10:00～11:00
- 場所: かわべ保育所(遊戯室)
- 対象: 川辺地区の未就園児親子
- ※かわべ地域子育て支援センターへお申し込みください。

お問合せ かわべ地域子育て支援センター
(かわべ保育所内) ☎080-9941-7320



スポーツ

第21回日高川町マラソン大会のお知らせ

※昨年度から少し変更点あります。



- 日 時: 令和7年11月1日(土) 9:00～
(小雨決行・予備日なし)
- 会 場: 南山スポーツ公園陸上競技場
- 参加資格: 町内に在住、在勤、在学されている方
- 部 門: 右表を参照してください。
- お申込み: 所定の参加申込書にご記入のうえ、教育委員会まで提出してください。
※大会要項・参加申込書については、町ホームページにも掲載しておりますのでご活用ください。また、教育委員会内にも用意しておりますので、直接取りに来ていただいても構いません。
- 申込締切: 令和7年10月17日(金)

部 門	距離および区分	
ちびっこラン	400m(未就学児)	※保護者の伴走が必要です。伴走者也要申込
健康マラソン	1km(どなたでも)	※未就学児が参加の場合は、保護者の伴走が必要です。伴走者也要申込
競 争	2km	小学生男子 1～4年
		小学生女子 1～4年
		小学生男子 5～6年
		小学生女子 5～6年
	3km	男子(中学生以上)

お問合せ・お申込み 町体育協会事務局 教育委員会(教育課内) ☎0738-22-8816 FAX 0738-24-0154



お知らせ

日高看護専門学校 からのお知らせ

令和8年度の学生を募集しています。
詳しい学生募集要項等については、下記までお問い合わせください。
ホームページ「日高看護専門学校」で検索!

お問合せ 日高看護専門学校
☎0738-22-1277
e-mail school@hidaka-ns.jp



お知らせ

令和8年日高川町 「二十歳のつどい」



- 日時: 令和8年1月11日(日) 10:30～(受付 9:30～)
- 場所: 日高川交流センター(日高川町大字高津尾718-3)
- 対象者: 平成17年4月2日～平成18年4月1日までに生まれた方で、次のいずれかに該当する方
- ① 令和7年10月1日現在で町内に住所を有する方
- ② 令和3年3月1日現在で町内に住所を有した方(中学校卒業時)
- ※対象者には、11月上旬に案内状を送付いたします。

お問合せ 教育委員会 教育課 ☎0738-22-8816



教育・講習

地山の掘削および土止め支保 工作業主任者技能講習

- 講習日時: 令和7年11月11日(火)～13日(木)
9:00～
- 受講場所: 中紀地域職業訓練センター
- 受講資格: 原則として3年以上の実務経験が必要
- 講習時間(修了試験含む):
18時間(同技能講習規程に基づく一部免除有)
- 受講料: 16,000円(講習時間の一部免除による減額有)
- テキスト代: 3,100円(会員外は協力金3,000円必要)
- 申込期間: 令和7年10月28日(火)まで
- 詳しくは、下記までお問い合わせください。

お問合せ 中紀技能訓練協会(中紀地域職業訓練センター内)
お申込み ☎0738-63-1500



教育・講習

コンクリート造の工作物 の解体等作業主任者

- 日 時: 令和7年11月11日(火)、12日(水)
9:00～17:10
- 場 所: 和歌山県建設会館3階会議室
- 受 講 料: 13,475円(テキスト代を含む)
- 申込方法: 申込書に受講料を添えて持参、または現金書留で郵送(口座振込をご希望の方は、下記までご連絡ください。)
- 申込期間: 令和7年10月14日(火) から、定員になり次第締切り
- 詳しくは、下記までお問い合わせください。

お問合せ 建設業労働災害防止協会 和歌山県支部
☎073-436-1327 FAX073-426-3987