

男女共同参画社会に向けた講座を開催します

「130万円、150万円の壁？教育費いくら？老後2,000万円？アフターコロナを見据えた我が家の家計を考える」

講師＝福一 由紀さん（マネーラボ関西 代表）

日時＝①6月17日（金）②24日（金）連続講座（1回のみでも可）各13時30分～15時まで

場所＝①三の丸会館 研修室2 ②三の丸会館 小ホール

定員＝20人（先着順）

受講料＝無料 託児無料（要予約）

内容＝1回目「これからのお金、我が家の家計を考える」
2回目「我が家の家計から、働き方を考える」

申込＝名前・住所・電話番号・託児希望の有無・子どもの名前と年齢を電話又はFAXで6月3日（金）～13日（月）に人権施策推進課（内線334・FAX53-1211）へ

第51回シニア県展作品募集

開催日程＝9月2日（金）～7日（水）（9月5日（月）を除く）

場所＝県文化会館展示室

出品種目＝日本画、洋画、書、工芸（彫塑）、手芸、写真

出品資格＝県内在住で昭和39年4月1日以前に生まれたアマチュア

※1人1部門につき2点までで未発表のものに限ります。

出品手数料＝1点1,000円

※申請書に振込受付書、またはATMの利用明細書の貼付が必要ですので出品希望者は事前に連絡してください（市役所にて手数料の預かりも可）。

申込＝7月29日（金）まで

問合せ＝地域包括ケア推進課 高齢支援係（内線512）

6月は「食育月間」おはようごはんキャンペーン

規則正しい生活習慣「早寝 早起き 朝ごはん」



① きちんと朝ごはん食べさせてる？
最近うちの子ぼーっとしてるのよね。
朝は忙しくて適当に済ませていたかも…

② 朝ごはんをしっかりと食べると…

③ 集中力がアップして子どものやる気につながったり、

④ 体力もアップして、1日元気に過ごせるよ！

⑤ 朝ごはんって大切なんだね！ありがとう！早速やってみよう♪

かんたん朝ごはんレシピはここをチェック！

まずは朝ごはんを食べる習慣をつけるために、牛乳や果物など食べやすいものから始めてみましょう。子どもの頃の習慣が大人になっても続くため、朝ごはんを食べる習慣を子どものころから身につけていきましょう！