

暮らし情報

光しおさい公園 教室参加者募集

◎「第2期ちやれんじシェイプ教室」

と き 10月16日～12月4日

毎週日曜日(全8回)

午後2時～3時

ところ 光B&G海洋センター
2階健康ルーム

内容 健康ルームのマシンを使用したトレーニングやさまざまなトレーニングを行い、シェイプアップしましょう。

対象 16歳以上の方

定員 10人

料金 4,000円

(65歳以上の方 3,000円)

◎「はつらつテニス教室」

と き 10月29日～12月3日

毎週土曜日(全6回)

午前10時～正午

※天候等により、日程が変更になる場合もありますので、あらかじめご了承ください。

ところ 光しおさい公園テニスコート

内容 日ごろの運動不足解消に、心地よい汗を流しましょう。

※テニス初心者の方に初歩から指導する教室です。

対象 おおむね50歳以上で初心者の方

定員 10人

料金 3,000円

◎「第3期アクアプログラム」

★水中エアロビクス(女性のみ)

と き 10月4日～12月13日

毎週火曜日(全10回)

午後7時～8時

★水中エアロ&リラクゼーション

と き 10月6日～12月8日

毎週木曜日(全10回)

午前10時～11時

★スイム&ウォーク

と き 10月7日～12月9日

毎週金曜日(全10回)

午前10時～11時

【アクアプログラム共通事項】

ところ 光B&G海洋センタープール

対象 16歳以上の方

参加費 一般 5,000円

65歳以上 3,500円

【各教室共通事項】

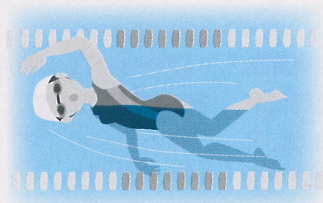
申込 光B&G海洋センターに直接
ご来館いただくか、電話で
お申込ください。

申込開始 9月13日(火)～

※先着順で定員になり次第締切

◆申込・問い合わせ

光しおさい公園 ☎84-3510



「子育てサポーター 養成講座」受講生募集

「子育て支援事業等にボランティアとして参加したい」「子育て支援に興味がある」そんな方のための基礎的な知識を学ぶ講座です。

【第1回】

と き 10月13日(木) 午後1時30分～

内容 開講式 オリエンテーション
講義「子育てサポーターの活動」

【第2回】

と き 11月11日(金) 午前10時～

内容 幼児期の親子と関わろう
(なかよし広場参観)

【第3回】

と き 12月13日(火) 午後1時30分～

内容 妊娠期のパパママと関わろう
(パパママ教室参観)

【第4回】

と き 平成24年1月5日(木)

午前10時～

内容 乳幼児の親子と関わろう
(さくらんぼクラブ参観)

【第5回】

と き 平成24年2月21日(火)

午後1時30分～

内容 講義「子供の発達等について」

【第6回】

と き 平成24年3月15日(木)

午後1時30分～

内容 講義「親業入門」 閉講式

【共通事項】

参加費 無料

申込期限 9月30日(金)

◆申込・問い合わせ

社会文化課生涯学習班 ☎84-1358

第6回町民体育祭プログラム

◎10月9日(日) ※雨天時10月10日(月・祝)

◎ふれあい坂田池公園陸上競技場

開会式 9:00～

No.	区分	時間	種目
1	地区対抗・一般種目	9:45	短距離走(60m走)
	地区対抗・一般種目	9:55	短距離走(100m走)
2	地区対抗	10:05	親子なかよしリレー
3	地区対抗	10:15	ボール運び競走
4	地区対抗	10:25	つな引き(予選)
5	地区対抗・一般種目	10:50	2人3脚
6	地区対抗	11:00	ブロック対抗百足リレー
7	地区対抗	11:10	シニア玉入れ
8	地区対抗	11:20	つな引き(準決勝)

No.	区分	時間	種目
9	地区対抗・一般種目	11:35	デカバン競走
10	地区対抗	11:45	消防団分団対抗リレーアトラクション
11	一般種目	13:00	地産地消
12	地区対抗	13:15	大なわとび
13	一般種目	13:30	スポーツ少年団対抗リレー
14	地区対抗	13:45	大玉ころがしリレー
15	一般種目	14:00	各種団体対抗リレー
16	地区対抗・一般種目	14:10	障害物競走
17	地区対抗	14:30	つな引き(決勝・三決)
18	地区対抗	14:45	ブロック対抗リレー

～地区対抗ブロック～

(第1ブロック)上塚

(第2ブロック)栗山・栗山南部・鳥喰・東町

(第3ブロック)本町・古川・両国・上町

(第4ブロック)大総

(第5ブロック)日吉

(第6ブロック)南条

(第7ブロック)東陽

(第8ブロック)白浜

◆問い合わせ 社会文化課生涯学習班 ☎84-1358

水中ウォーキング教室 受講生(第3期)募集

と き 10月5日～12月14日

毎週水曜日(全10回)

午前10時～11時

ところ 光B&G海洋センタープール

対象 40歳以上の男女

定員 30人

参加費 無料(新規の方)

◆申込・問い合わせ

住民課国保年金班 ☎84-1214