

問…お問い合わせ先 申…お申し込み先 電…電話番号 E…Eメール HP…ホームページ
 時…とき 所…場所 内…内容 対…対象 定…定員 料…料金 申…申込方法(いつまでに・どんな情報を・どの方法で)

1

障がい者就職面接会

問 ハローワーク磐田 TEL32-6181 FAX37-7447

時 9月13日(木)午後1時~4時(受付…午後0時15分~)
 所 エコパスタジアム1階・大会運営室 内 就職を希望している障がい者と企業との個別相談・面接。ハローワークその他支援機関の相談 対 障がいのある方 申 申込不要。直接会場へ ※持ち物…複数の企業との面接に備えて履歴書を複数枚ご用意ください。

シニア体力測定会~体力年齢を測定しよう~

問申 市スポーツ協会 TEL42-1920(月曜日休館)

時 9月24日(月・振替休日)午前9時30分~11時30分 ※10分前までにお越しください。 所 市民体育館 内 瞬発力、持久力、全身持久性、敏しょう性、柔軟性を測定。握力、上体起こし、長座体前屈、開眼片足立ち、10メートル障害物歩行、6分間歩行 対 市内在住、在勤の65~79歳の方 定 30人(先着順) 料 無料 持ち物…体育館シューズ・タオル・飲み物 申 住所・氏名・年齢・電話番号を窓口、電話で(申込期限…9月16日(日)午後5時まで)



ラグビー小中学生無料招待
 トップリーグヤマハ発動機ジュビロ戦

問 ヤマハ発動機(株)スポーツ推進グループ TEL32-1196

時 ①9月15日(土)午後5時~(対Honda HEAT) ②10月6日(土)午後1時~(対東芝ブレイブルーパス) ③11月25日(日)午後1時~(対クボタスピアーズ)
 所 ①・②ヤマハスタジアム(磐田市新貝2500) ③県営遠州灘海浜公園球技場(浜松市南区江之島町1706) 内 9月上旬に学校で配布されるスタンプラリーカードを持ってスタジアムに行くと、無料で観戦できます。
 対 小・中学生
 ◆保護者には観戦料割引があります



多文化共生講座FUPPY教室

問申 企画政策課国際交流室 TEL44-3138 FAX43-2131 申 kikaku@city.fukuroi.shizuoka.jp

内容	時	所	持ち物
ダンスで多文化交流 講師…藤田幸夫さん	①みんなでZUMBA1	9月14日(金)9:30~11:30	コスモス館・大会議室 総合センター3階・ B会議室
	②みんなでZUMBA2	9月21日(金)9:30~11:30	
外国人が作る日本料理、 どこが違うか比べてみよう	③豚汁、肉じゃが	10月10日(水)9:00~12:00	袋井北コミュニティ センター・調理室
	④焼きそば	10月24日(水)9:00~12:00	
	⑤混ぜご飯、みそ汁	11月 8日(木)9:00~12:00	
	⑥筑前煮、ナスみそいため	11月20日(火)9:00~12:00	

対 どなたでも 定 各回12人(先着順) 料 500円/回(材料費含む) ※申込期間内にお支払いください 申 住所・氏名・電話番号を電話、ファクス、Eメールで(申込期間 ①・②…各開催日の前日まで ③~⑥…9月10日(月)~各開催日の5日前)



驚きのはにわたちに迫る「グレーな埴輪たち」

問 生涯学習課文化振興係 TEL23-9264

時 9月8日(土)~11月4日(日) 開館時間…午前9時~午後5時
 休館日…毎週月曜日(祝日の場合は火曜日) 所 浜松市地域遺産センター(浜松市北区引佐町井伊谷616-5) 内 須恵質のはにわを集めた企画展。衛門坂古窯跡(袋井市岡崎)で作られたはにわも展示されます。 料 無料

●ギャラリートーク

時 9月8日(土)午前10時15分~11時 内 市の学芸員が出張し、衛門坂古窯跡で作られたはにわの見どころを紹介しす。 料 無料 申 申込不要。直接会場へ

消防庁舎(山梨分遣所)を見学してみよう

問 袋井消防署山梨分遣所 TEL49-3119

時 9月15日(土)午前9時30分~11時 所 袋井消防署山梨分遣所 内 9月9日の救急の日になんで実施。救急車・消防車の展示や写真撮影、救急資器材の展示、救急に関する相談、施設見学 対 どなたでも 料 無料 申 申込不要。直接会場へ

体力測定会~こ存じですか? あなたの体力年齢~

問申 スポーツ推進課スポーツ振興係 TEL44-3129 FAX44-3117 申 sports@city.fukuroi.shizuoka.jp

時 9月29日(土)午前9時30分~11時30分(受付…午前9時~9時15分) 所 袋井体育センター 内 握力、上体起こし、長座体前屈、反復横跳び、立ち幅跳び、急歩(男性1,500メートル、女性1,000メートル) ※後日、測定値や体力年齢、おすすめの運動法などをまとめた個人分析結果表を郵送します。 対 市内在住、在勤の満20~64歳の方 定 30人(申込多数の場合、抽選) 料 無料 申 住所・氏名・年齢・性別・電話番号を電話、ファクス、Eメールで(申込期限…9月19日(水)まで)



催し

講座

募集

相談

お知らせ

各種施設

情報ボックス

メロープラザ 子ども作品展

問 メロープラザ TEL30-4555(午前9時～午後10時、水曜日休館)

時 9月27日(木)～10月21日(日)

所 メロープラザ1階・ガレリア 内 市内保育園(所)・こども園、中学生の絵画、習字などの作品を展示 対 どなたでも

第5回 あさばの軽トラ市

問 浅羽町商工会軽トラ市実行委員会 TEL23-2440

時 9月30日(日) 午前9時～午後1時 ※雨天決行 所 浅羽ショッピングタウンパティ・北側駐車場 内 野菜・果物・惣菜・B級グルメおはたき肉まき・雑貨・観葉植物・衣料品・焼き菓子・木工品等の販売・ふわふわなど



「東海道どまんなか市」フリーマーケット

問 東海道どまんなか市実行委員会 代表 鈴木邦彦
TEL090-2263-5522 FAX43-0019 ✉ domannaka@a-e.st

時 10月7日(日) 午前9時～午後1時 所 市役所・西側駐車場

内 フリーマーケット、軽トラ市(新鮮野菜)

◎出店者も募集中です。

甲 出店希望の方は、氏名・電話番号・出店内容をファクス、Eメールで

知事広聴「平太さんと語ろう」

問 県知事戦略局広聴広報課 県民のこえ班
TEL054-221-2235 FAX054-254-4032
✉ kenminnokoe@pref.shizuoka.lg.jp

時 10月18日(木) 午後1時30分～3時30分 開場…午後1時

所 森町文化会館2階・小ホール(森町森1485) 内 川勝平太知事が地域の持つ「場の力」について皆さんと共に考える。袋井市・森町で活躍している6人の皆さんと意見交換します。

対 どなたでも 定 150人(先着順) 料 無料

甲 住所・氏名・電話番号を電話、ファクス、Eメールで(申込期限…10月11日(木)まで)



エコパマーチングフェスティバル2018

問 エコパマーチングフェスティバル実行委員会
TEL090-3444-7611 ✉ ty174@rx.tnc.ne.jp

時 11月10日(土) 午後1時～4時30分 所 エコパアリーナ

内 明和第一保育園、袋井南小学校マーチングバンドSouth Winds、袋井南中学校吹奏楽部 South Dream、袋井商業高校吹奏楽部 The Scarlet Knights など13団体によるマーチングショー 対 どなたでも 料 前売り券…500円～2,000円 当日券…600円～2,500円 ※席種によって異なります

甲 チケット販売開始…9月3日(月)～ チケット販売場所…市役所売店・月見の里学遊館・チケットぴあなど

みつかわ夢の丘公園秋まつり

問 環境政策課環境衛生係 TEL44-3115

時 9月23日(日・秋分の日) 午前9時～午後2時 ※小雨決行

所 みつかわ夢の丘公園 内 やすらぎコンサート、地元物産の販売、つき立て餅の試食、食のブースでの販売

対 どなたでも 料 無料 申 申込不要。直接会場へ



活人剣再建3周年記念行事

問 可睡齋活人剣再建委員会 秋葉総本殿可睡齋
TEL42-2121 FAX42-1429

時 9月29日(土) 午後1時～3時 所 秋葉総本殿可睡齋・会議室

内 記念式典、講演 演題…「軍医総監佐藤進と可睡齋」(講師…酒井シヅさん(順天堂大学教授)) 対 どなたでも

定 40人(先着順) 料 無料 申 住所・氏名・電話番号・ファクス番号を窓口、電話、ファクスで(申込期間…9月18日(火)～)

第3回 袋井子ども将棋大会

問 市文化協会将棋部 藤田 TEL090-3453-7247
✉ hukuroisyoungikids@gmail.com

時 9月30日(日) 午後1時30分～4時30分(受付…午後1時～)

所 総合センター4階・大会議室 内 高学年(4～6年生)の部、低学年(3年生以下)の部に分かれての将棋大会。3位入賞まで賞品を贈呈。対局終了後、プロ棋士による指導会を開催。

対 小学生以下 定 50人(先着順) 料 600円

甲 住所・氏名・学年・電話番号を電話、Eメールで(申込期限…9月23日(日)まで)



メロープラザ 演劇「ハッピーエンドには早すぎる」

問 演劇集団es 高井 TEL090-9175-4211
✉ taka077@hotmail.com

時 9月30日(日) 午後1時30分～3時 所 メロープラザ・多機能ホール

内 袋井・掛川で活動している演劇集団esが、「メロプラ劇場化計画」と題して上演します。対 どなたでも

定 500人 料 大人…前売り券900円・当日券950円 高校生…500円 中学生以下…無料 申 前売り券の予約は劇団ホームページまたはEメールで



メロープラザ 秋のワンコインコンサート

問 メロープラザ TEL30-4555 FAX23-8000
(午前9時～午後10時 水曜日休館)

時 10月7日(日) 午後2時～3時 所 メロープラザ1階・ガレリア

内 秋の午後のひととき、名古屋を代表するギタリスト・望月雄史さんの生演奏でお楽しみください。演奏予定曲…「愛のロマンス」、「大きな古時計」、「ジムノペディ第1番」など

対 どなたでも 定 40人(先着順) 料 500円

甲 氏名・電話番号を窓口、電話、ファクスで(申込期限…10月6日(土)まで)



問…お問い合わせ先 申…お申し込み先 ☎…電話番号 ✉…Eメール HP…ホームページ
 時…とき 所…場所 内…内容 対…対象 定…定員 料…料金 申…申込方法(いつまでに・どんな情報を・どの方法で)

- 1
- 催し
- 講座
- 募集
- 相談
- お知らせ
- 各種施設
- 情報ボックス

自然観察教室「化石教室」

問申 生涯学習課生涯学習係 TEL44-3197
 時 10月27日(土)午前9時30分～11時45分 所 宇刈里山公園(宇刈3193) 内 化石についての話、化石クリーニング体験(講師…田邊積さん(化石収集家)) 対 市内在住の小学3～6年生と保護者 定 15組(先着順) 料 無料 申 住所・氏名・年齢・学年・電話番号を電話で(申込受付…9月10日(月)午前9時～)

ママプラス mama+9月講座「ペップトーク講座 ～子どものやる気を引き出す魔法のことば～」

ママプラス 問申 mama+中越 ✉ mamaplus26@yahoo.co.jp TEL090-5869-0664
 時 9月27日(木)午前10時30分～午後1時 所 袋井南コミュニティセンター・和室 内 ペップトークとは励ましの言葉。学んだ日から実践できるシンプルでポジティブな方法を学ぶ。(講師…熊切千晶さん(日本ペップトーク普及協会認定ペップトーク講師)) 対 子育て中の保護者 定 20人(先着順) 料 1,000円/人(ランチ代含む) 託児200円/人 申 氏名・電話番号・お住まいの地区をmama+ブログのフォーム、電話、Eメールで(申込期限…9月24日(月・振替休日)まで)



メロープラザ 災害時のスマホ活用講座

問申 どもんなかまちづくりin袋井 戸田孝 TEL090-4861-9206 ✉ takashi-t@hw.tnc.ne.jp
 時 9月29日(土)午後1時～3時 所 メロープラザ・会議室3 内 災害時に自分の身を守るために、大切な人の安心・安全につながる防災アプリを紹介。また、大地震発生時にどのようなことが起こるかや南海トラフ巨大地震についてもお話しします。(講師…和田喜充さん(ITコーディネーター)、戸田孝さん(防災士)) 対 どなたでも 定 20人(先着順) 料 200円(資料代含む) 申 住所・氏名・電話番号を電話、Eメールで(申込期限…9月22日(土)まで)



浅羽佐喜太郎公碑建立100年特別展示解説と関連講座

問申 歴史文化館 TEL23-9269 FAX23-9230
 時 9月27日(木)午前10時～11時30分 所 近藤記念館展示室ほか 集合場所…浅羽支所1階・会議室 内 佐喜太郎公碑100年展を何倍も楽しむ方法を担当学芸員が教えます。 対 どなたでも 定 30人(先着順) 料 無料 申 氏名・電話番号を窓口、電話、ファクスで(申込期間…9月19日(水)～9月26日(水))

市役所2階・市民ギャラリー10月の展示内容

問申 企画政策課シティプロモーション室 TEL44-3104 FAX44-3150 〒437-8666 ✉ kikaku@city.fukuroi.shizuoka.jp

時 午前8時30分～午後5時15分 ※最終日は展示入れ替えのため午後3時まで 所 市役所2階・市民ギャラリー
 内 ①10月1日(月)～10日(水)市文化協会絵画部絵画展(内容…油彩画) ②10月11日(木)～20日(土)色鉛筆画展 ③10月21日(日)～31日(水)二人展(内容…ちぎり絵と押し花)
 ◎市民ギャラリー出展者募集
 時 ①11月11日～11月20日 ②12月19日～12月27日 ③1月5日～1月13日 ④2月11日～2月19日 ⑤2月20日～2月28日 ⑥3月11日～3月20日 ⑦3月21日～3月31日
 対 市内の個人や団体(平成30年度に市民ギャラリーで展示した方、展示予定の方を除く) 申 展示希望期間・展示タイトル・展示内容・展示予定点数・展示責任者の住所・氏名・電話番号をファクス、Eメール、郵送で(随時受付・先着順)



講座

介護支援ボランティア登録事前研修会

問申 地域包括ケア推進課介護ケア相談係 TEL84-7534 FAX84-7582
 時 9月21日(金)午前9時30分～11時30分 所 はーとふるプラザ袋井・第2会議室 内 活動に必要な基礎知識(傾聴や認知症についてなど)や制度を学び、地域包括支援センター職員との顔合わせを行う 対 市内在住で65歳以上の方 定 20人程度(先着順) 料 無料 申 住所・氏名・年齢・電話番号を窓口、電話、ファクスで(申込期間…9月1日(土)～)

るんな新体操クラブ2018年体験教室

問申 市スポーツ協会新体操部 TEL080-4345-8205 石井 (午前10時～午後5時)
 時 9月23日(日・秋分の日)午前10時～正午 所 月見の里学遊館・フィットネスルーム 内 新体操のレッスン体験、模範演技 持ち物…体操服の上下・飲み物・タオル 対 4～5歳児 定 20人(先着順) 料 500円(保険料含む) ※当日受付時に集金。 申 氏名・学年・電話番号を電話で(申込受付…9月18日(火)～)



サンライフ袋井 短期講座

問 ④ サンライフ袋井 TEL43-5051(午前9時～午後8時30分 第4月曜日休館)

講座名	時	定員	受講料	内容
はじめてのパンづくり(全3回)	9月19・26日、10月3日 (全て水曜日) 9:30～12:30	12人	3,300円 (材料費を含む)	国産小麦を使った初心者向けの手ごねパンづくり(講師…岡村貴代美さん) 持ち物…エプロン・三角巾・マスク・ふきん・スリッパ・持ち帰り用容器
一日の終わりの癒しヨガ(全3回)	9月22・29日、10月6日 (全て土曜日) 19:30～20:30	15人	1,500円	体力アップ、疲労回復、質の良い睡眠、ストレス・痛みの軽減など心と体のケアを行う(講師…永井理恵子さん) 持ち物…飲み物・タオル
大人気!! 今、話題のハーバリウム	10月3日(水) 10:00～11:30	10人	2,500円 (材料費を含む)	ドライフラワーをオイルに浸すことでお花を長く楽しむ新しいインテリアづくり(講師…薩川香織さん)

対 市内または、近隣市町に在住、在勤の18歳以上の方(高校生を除く) ④住所・氏名・電話番号を窓口、電話で(先着順)(申込受付…9月10日(金)～) ◆希望者が少ない場合は、開講しないことがあります。 ◆勤務先が遠州ライフサポートセンター会員の場合、文化教養講座受講料補助金交付制度が利用できます。詳しくは、勤務先にご確認ください。



【後期】楽しい体験 英会話教室～わかる！ 使える！ やさしい英会話～

問 ④ 生涯学習課生涯学習係 TEL44-3197 FAX44-3228

◎一般向け教室 対 市内在住、在勤の中学生以上の方

	山名コミュニティセンター (水曜日 18:45～20:00)	浅羽北コミュニティセンター (木曜日 18:45～20:00)	袋井南コミュニティセンター (金曜日 18:45～20:00)
10月	17日・24日	18日・25日	19日・26日
11月	7日・14日・28日	8日・15日・29日	9日・16日・30日
12月	5日・12日	6日・13日	7日・14日
1月	9日・16日・23日・30日	10日・17日・24日・31日	11日・18日・25日
2月			1日

定 各コミュニティセンター20人(申込多数の場合、抽選)

◎ファミリー向け教室 対 市内在住の年中(4才)～小学1年生と保護者

	袋井南コミュニティセンター (金曜日 17:00～17:50)	山名コミュニティセンター (土曜日 9:10～10:00)
10月	19日・26日	20日・27日
11月	9日・16日・30日	10日・17日
12月	7日・14日	1日・8日・15日
1月	11日・18日・25日	12日・19日・26日

定 各コミュニティセンター20組(申込多数の場合、抽選)

◎共通事項

④外国人講師とのあいさつなどの日常会話や異文化理解講座、タブレットを使って簡単に英会話 料無料 ④住所・氏名・年齢・電話番号を電話、ファクス、市ホームページ内申し込みフォームで(申込期間…9月12日(水)～9月25日(火)) ◆ハローフレンド登録者優先



動物愛護ボランティア意見交換会

問 ④ 環境政策課環境衛生係 TEL44-3115

時 10月18日(木)午後1時30分～3時30分 所 中遠総合庁舎西館・204会議室(磐田市見付3599-4) ④静岡県動物愛護管理推進計画、ボランティア意見交換 対 どなたでも 料無料 ④氏名を窓口、電話で(申込期限…10月5日(金)まで)

第23回医療市民講座～がん講習会「肺がん」～

問 中東遠総合医療センター経営戦略室 TEL0537-21-5555(代)

時 9月29日(土)午前10時～正午 所 中東遠総合医療センター3階・大会議室(掛川市菖蒲ヶ池1-1) ④①「(仮)肺がんと闘おう」(講師…牧野靖医師(呼吸器内科診療部長)) ②「肺がんの放射線治療について」(講師…一戸建志医師(腫瘍放射線科診療部長)) 対 どなたでも 定 200人(先着順) 料無料 ④申込不要。直接会場へ



問…お問い合わせ先 申…お申し込み先 電…電話番号 E…Eメール HP…ホームページ
 時…とき 所…場所 内…内容 対…対象 定…定員 料…料金 申…申込方法(いつまでに・どんな情報を・どの方法で)



地域の日本語教室をのぞいてみよう！ 地域日本語サポーター研修会

問申 (公財) 県国際交流協会 TEL054-202-3411 FAX054-202-0932 info@sir.or.jp

	日	所
1	10月 6日(土)	袋井市総合センター
2	10月21日(日)	掛川市役所 (掛川市長谷1-1-1)
3	11月11日(日)	ワークピア磐田(磐田市見付2989-3)
4	11月17日(土)	袋井国際交流協会(新屋1-1-15)
5	12月 1日(土)	袋井市総合センター

内1…公開講座「地域の日本語教室とボランティアの役割」(講師…米勢治子さん(東海日本語ネットワーク副代表・愛知県立大学非常勤講師)) 2~5…日本語教室を見学・体験して、そこで活動するサポーターや学習者の話を聞く。日本語教室と地域社会との関係について考える。(公財) 県国際交流協会、NPO法人掛川国際交流センター、袋井国際交流協会、(一社) 磐田国際交流協会がリレー方式でつなぐ、4者連携研修会 時午後1時30分~4時(第2回のみ午後3時30分まで) 対どなたでも 定30人(先着順) ※公開講座は50人(先着順) 料公開講座のみ…1,000円 全5回…2,500円 申住所・氏名・電話番号・参加できる回・日本語サポーター(ボランティア) 経験の有無と所属グループ名を電話、ファクス、Eメールで(申込期限…9月21日(金)まで)



訪問看護師就業セミナー

問申 (一社) 県訪問看護ステーション協議会事務局
 TEL054-275-3339 FAX054-275-3338

時1日目…10月2日(火)午前9時45分~11時45分 2日目(実習)…1日目と3日目の間の希望日(3時間程度) 3日目…10月9日(火)午前9時45分~11時45分 所磐田市総合健康福祉会館 i プラザ(磐田市国府台57-7) 内訪問看護のやりがい・楽しさ・おもしろさを知ってもらうため、訪問看護の仕事内容、現場の様子を説明 対看護職の資格をお持ちの方 料無料 申住所・氏名・電話番号を電話、ファクスで(申込期限…10月1日(月)まで)



袋井市地域日本語サポーター研修会

問申 袋井国際交流協会 TEL43-8070 FAX43-8068
 fifa25-a@office.tnc.ne.jp

時10月13日(公開講座)・27日、11月24日、12月8日・15日(全て土曜日)午後1時30分~3時30分(全5回) 内やさしい日本語の演習や日本語教室の現場体験により、外国人の日本語学習をサポートする基礎を学ぶ。公開講座…「在留資格について」(講師…新村夕子さん(司法書士))(体験日…研修期間中の木・土曜日 午前10時~11時30分 ※参加は1回のみ) 所袋井国際交流協会(新屋1-1-15) 対どなたでも 定20人(先着順) ※公開講座は35人(先着順) 料公開講座のみ…無料 全5回…2,500円 申住所・氏名・電話番号・日本語サポーター(ボランティア) 経験の有無と所属グループ名を電話、ファクス、Eメールで(申込期限…9月21日(金)まで)



ちびっ子エアロビック教室

問申 市エアロビック連盟 村松 TEL090-7604-0684
 FAX55-3893 mura.0910@uv.tnc.ne.jp

時10月4日~平成31年3月28日 毎週木曜日(全21回)午後3時~4時 所豊沢ふれあい会館・多目的ホール 内エアロビックを主体とした運動あそび。幼児期の体づくり・心づくり・仲間づくりを目指す 対3~12歳(小学生以下) 定15人(先着順) 料2,000円/月 ※スポーツ保険要加入(800円/年) 申氏名・年齢・電話番号を電話、ファクス、Eメールで(随時募集中)

スローエアロビック教室

問申 市エアロビック連盟 村松 TEL090-7604-0684
 FAX55-3893 mura.0910@uv.tnc.ne.jp

時10月9日~12月11日 毎週火曜日(全10回)午前10時~11時 所高南コミュニティセンターきぼう館2階・視聴覚室 内頑張らない、ほぐす、ゆるめる、呼吸で姿勢を整える、中高年の皆さんにお勧めの軽運動 対市内在住の40歳以上の方 定20人(先着順) 料無料 申氏名・年齢・電話番号を電話、ファクス、Eメールで(随時募集中)

肝臓病講演会・交流会

問申 浜松医科大学医学部附属病院・肝疾患連携相談室
 TEL053-435-2476(午前9時~午後4時 土・日曜日、祝日休み)

時9月29日(土) 午前10時~正午 所中遠総合庁舎西館2階・204会議室(磐田市見付3599-4) 内第1部市民講座 講演…「肝がんにならないためのB型・C型肝炎について」(講師…小林良正医師(肝臓内科診療科長)) 第2部交流会 患者サロン(患者さんやご家族の交流・情報交換会) 対どなたでも(市民講座、交流会のどちらかの参加でも可) 定70人(先着順) 料無料 申住所・氏名・電話番号を電話で(申込期限…9月28日(金)午後4時まで)

袋井・磐田商工会議所「はばたき創業未来塾」

問 袋井商工会議所 TEL42-6151 FAX42-9871
 ① fkcci@fukuroi-cci.or.jp
 磐田商工会議所 TEL32-2261 FAX32-2264
 ① iwata@iwata-cci.or.jp

時 11月4日(日)…袋井商工会議所(新屋1-2-1)、11月11日(日)…磐田商工会議所(磐田市中泉281-1) 全2回 午前9時～午後5時30分 ① 創業に必要な心構え、ビジネスプランの作成、融資制度や事例の紹介など、創業に役立つ専門的知識を専門家が解説。2日間で5講座を予定。1講座のみの受講も可(講師…諸葉子さん((株)エイチ・エーエル) ② どなたでも ③ 定30人(先着順) ④ 料無料 ⑤ ① 申込書を窓口、ファクス、Eメールで ② 申込書は、窓口または、各商工会議所ホームページからダウンロードもできます(申込期限…10月26日(金)まで)



袋井市が舞台の映画が公開されます!

映画「明日にかける橋 1989年の思い出」

問 「明日にかける橋」製作実行委員会
 TEL090-7955-3991 山本

時 9月1日(土)～ 所 TOHOシネマズ ららぽーと磐田(磐田市高見丘1200)、シネマイーラ(浜松市中区田町315-34)、静岡東宝会館(静岡市葵区七間町12) ① 市民有志が中心となり製作した映画。過去に弟を事故で亡くした主人公が、事故前日にタイムスリップし、家族のために未来を変えようとする物語。

② 各劇場へお問い合わせください



袋井体育センター「スポーツプログラム」受講者

問 袋井体育センター TEL43-1790

●成人スポーツ教室 期間：10月25日(木)～平成31年3月28日(木) 全17回 ① 20歳以上の方

プログラム名	曜日	時間	定員	内容
フィットネスサプリ	火	13:30～14:45	40人	簡単なエアロビクス、ストレッチ、筋肉コンディショニングなど
姿勢美人	火	15:00～16:00	20人	背骨のゆがみを整え、不調を改善する運動
さわやかエクササイズ	火	19:30～20:30	40人	簡単なリズムステップで行うエアロビクスと筋力維持のトレーニング
リズム&ビューティ	水	9:30～10:30	40人	ストレッチなどを組み合わせ、分かりやすい動作を中心に行う有酸素運動
楽しい健康体操	水	13:30～15:00	40人	ゲーム、基礎運動、球技などで仲間づくりをしながら無理なく運動
お手軽シェイプ	木	9:30～10:30	40人	ダンベル体操やリズムステップ、ストレッチを中心とした全身運動
よくばり体力	木	19:30～20:30	40人	エアロビクスやストレッチ、ダンベル体操などで体を鍛える
いきいきボディづくり	金	13:30～14:30	40人	リズム体操やボール・ダンベルなどを使った全身の引き締め

●ちびっこ向けプログラム 期間：11月9日(金)～平成31年3月8日(金) 全15回 ① ひとり歩きできる1～2歳児と保護者

プログラム名	曜日	時間	定員	内容
ちびっこスポーツランド	金	9:30～11:30	50組	家庭では体験できない、集団活動に慣れるための集団遊びなど

●共通事項

② 料各5,000円 ③ ① 申込用紙に記入し、窓口へ(申込期間…9月22日(土)～9月29日(土))

第3期 親子うんどうあそび教室

問 スポーツ推進課スポーツ振興係 TEL44-3129 FAX44-3117
 ① sports@city.fukuroi.shizuoka.jp

回	日	回	日
1	10月20日(土)	5	11月24日(土)
2	10月27日(土)	6	12月 1日(土)
3	11月10日(土)	7	12月 8日(土)
4	11月17日(土)	8	12月15日(土)

※4・6回は会場が異なります

時 午前9時30分～11時(受付…午前9時15分～) 所 今井コミュニティセンター(4・6回は豊沢ふれあい会館) ② 4～6歳の未就学児と保護者 ③ 定30組(申込多数の場合、抽選) ④ 料7,000円(全8回) ⑤ ① 住所・氏名・年齢・電話番号・Eメールアドレスを電話、ファクス、Eメールで(申込期限…10月5日(金)まで)



徳育推進事業 半日で「徳」が身につく講座

問 NPO法人ふぁみりあネット(月～金曜日 午前9時～午後4時)
 TEL43-2288 FAX 31-5211

時 10月19日(金)午前9時30分～午後1時30分

所 秋葉総本殿可睡斎 ① 徳育講座「食の恵みに感謝する心を養う」、小金山泰玄典座和尚の講話と精進料理、お経の読み方・写経の体験(椅子での参加も可) ② どなたでも ③ 定30人(先着順) ④ 料2,500円(食事・体験料含む) ⑤ ① 住所・氏名・電話番号を電話、ファクスで(申込期限…10月5日(金)まで)

①

催し

し

講

座

募

集

相

談

お知らせ

各種施設

情報ボックス

情報ボックス

問…お問い合わせ先 申…お申し込み先 電…電話番号 E…Eメール HP…ホームページ
 時…とき 所…場所 内…内容 対…対象 定…定員 料…料金 申…申込方法(いつまでに・どんな情報を・どの方法で)

地域元氣いきいき講座

問申 下表のとおり(受付時間…午前9時～午後5時 月曜日、祝日休館)

講座名	時	内容	定員	申込受付	受講料	申込先・会場
①楽しくトントン 革芸	10月20・27日、11月10・ 17・24日(全て土曜日) 13:30～15:30	革芸の基本を教わり、日 常で使える革小物を3点作る (講師…山田きよ子さん)	10人	9月15日(土) 9:00～	3,000円	山名コミュニ ティセンター TEL49-3401
②大正琴入門	11月1・8・15・29日、 12月6日(木)、12月11・ 18日(火)9:30～11:30	大正琴の音色の魅力と演奏 する楽しみを学ぶ (講師…成瀬恭子さん)	15人	9月18日(火) 9:00～	2,000円	浅羽北コミュニ ティセンター TEL23-6099
③親子で楽しむ 季節のイベント (秋・冬編)	10月20日、11月24日、 12月15日、平成31年2月2 日(全て土曜日) 10:00～12:00	親子で物作りをしながら、 季節のイベントを楽しむ (講師…竹原秀明さん、藤田 順子さん、加藤弘之さん、 窪野清美さん)	15組	9月15日(土) 9:00～	子ども 1人につき 1,000円	袋井南コミュニ ティセンター TEL43-3386
④パソコン エクセル	10月6・20・27日、11月 10・17・24日(全て土曜日) 9:30～11:30	エクセルの基本操作を学ぶ (講師…加藤卓久さん(株工 コマネージ))	10人	9月15日(土) 9:00～	1,000円	幸浦(浅羽南)コミュ ニティセンター TEL23-7205
⑤ヨガで免疫力 アップ	10月16・23・30日、11月 6・13・20・27日、12月 4・11・18日(全て火曜日) 13:30～15:30	免疫力をアップさせるヨガ (講師…守屋さみさん(ヨガ インストラクター))	20人	9月16日(日) 9:00～	1,000円	幸浦(浅羽南)コミュ ニティセンター TEL23-7205
⑥池坊の花を 楽しむ生け花	10月13日、11月17日 (土)、12月27日(木)、平成 31年1月12日、2月9日(土) 10:00～11:30	日本の長い歴史の中で、 人々に受け継がれてきた伝 統文化を学ぶ (講師…鈴木かよ子さん)	10人	9月15日(土) 9:00～	1,500円 /回	袋井東コミュニ ティセンター TEL43-3389
⑦ヨガ健康	10月11・25日、11月8・ 22日、12月6・20日、平 成31年1月10・24日、2月 14・28日(全て木曜日) 19:30～20:30	心と体を若々しく保つ健康 な体力作り (講師…鈴木洋子さん)	20人	9月15日(土) 9:00～	100円 /回	袋井東コミュニ ティセンター TEL43-3389
⑧秋から始める 着付け	10月20・27日、11月17・ 24日、12月1・15日、平成 31年1月12・26日、2月 2・16日(全て土曜日) 13:30～15:30	日本の伝統「着付け文化」に ふれる (講師…太田秀子さん)	10人	9月15日(土) 9:00～	300円 /回	袋井東コミュニ ティセンター TEL43-3389
⑨のんびり ウォーキング	10月6日(土)、11月4日 (日)、12月1日(土)、平成 31年1月13日(日) 8:45～12:00	のんびりと浅羽各地を巡 り、神社仏閣のたたずまい を楽しむ (講師…岡本寛二さん)	10人	9月14日(金) 9:00～	500円	浅羽東コミュニ ティセンター TEL23-7470
⑩ニュースポーツ	10月19日、11月16日、 12月21日(金)、平成31年 1月16日、2月20日(水) 19:00～20:30	誰でも手軽に楽しめるニュー スポーツ (講師…各地区スポーツ推進 委員)	15人	9月14日(金) 9:00～	500円	浅羽東コミュニ ティセンター TEL23-7470
⑪あなたの魅力 発見、手相・ 数秘・メモリー オイル体験会	10月20日、11月10日、 12月1日(全て土曜日) 19:00～20:30	手相や数秘などを通じて運 気を知り、開運アップのメ モリーオイルを作る (講師…ヒカルさん(未来流 数霊学カウンセラー))	8人	9月14日(金) 9:00～	1,500円	浅羽東コミュニ ティセンター TEL23-7470

対 市内在住、在勤の方 ただし、③は小学3年生以下の子どもと保護者、⑥・⑦・⑧は女性のみ



- 1
- 催し
- 講座
- 募集
- 相談
- お知らせ
- 各種施設
- 情報ボックス

メロープラザ「10月開講！ メローカレッジ(入門編)」

☎☎ メロープラザ TEL30-4555(午前9時～午後10時、水曜日休館)

講座名	期間	時	受講料	講師	内容
④⑧第4回米麹づくりから始める味噌づくり	10月4日(木)19:00～21:00 10月5日(金)19:00～20:00 10月6日(土) 9:00～10:00 17:00～20:00(3日間全4回)		4,500円 (材料費含む)	寺下恵美子さん	米麹にこだわった手づくりみそを造り、1人10キログラム持ち帰る
④⑨一日の終わりの癒しヨガ	10月9日(火)～ 全9回	19:30～20:30	4,500円	永井理恵子さん	心と体をリラックスさせ、ストレス対処能力を向上させる
⑤⑩癒しの空間茶道(裏千家)	10月11日(木)～ 全8回	18:30～21:30	6,400円 (材料費含む)	後藤宗智さん	和やかな雰囲気の中で稽古を楽しむ(椅子に座っても可)
⑤⑪チャレンジyoga	10月11日(木)～ 全9回	19:20～20:20	4,500円	神谷美早さん	ヨガで筋力・体幹力を強化する
⑤⑫中国語講座	10月15日(月)～ 全8回	19:30～21:00	4,000円 (教材費別途)	金英玉さん	基本的なあいさつや発音方法、文法などを基礎から学ぶ
⑤⑬やさしいヨガ	10月16日(火)～ 全8回	9:30～10:30	4,000円	永井理恵子さん	緊張した身体を緩め、心穏やかにし健康をサポート
⑤⑭スローエアロビック&エクササイズ	10月18日(木)～ 全8回	10:00～11:00	4,000円	西山貴子さん	筋力をつける運動と代謝をよくするエアロビックを合わせた健康づくりの教室
⑤⑮手づくりパン教室(夜コース)	10月19日(金)～ 全6回	18:30～21:30	9,000円 (材料費含む)	江川唯姫子さん	毎月1回2種類のパンづくりに挑戦
⑤⑯手づくりパン教室(午前コース)	10月20日(土)～ 全6回	9:30～12:30			
⑤⑰初めてのパンづくり	10月20日(土)～ 全6回	13:30～16:30			
⑤⑱笑い♡ヨガ	10月20日(土)～ 全6回	13:30～14:30	3,000円	有川陽大さん	心と体の疲れを癒すバランスのとれたエクササイズ
⑤⑲10月のスイーツ倶楽部	10月21日(日)	9:30～12:30	2,000円 (材料費含む)	江川唯姫子さん	アーモンドクリームとバナナを使ったタルトを作る
⑥⑰10月のたのしいぱんづくり	10月21日(日)	13:30～16:30	1,400円 (材料費含む)	岩倉恵美子さん	手ごねした生地ですとトロの形のパンをつくる
⑥⑱伸び伸びストレッチ	10月26日(金)～ 全6回	9:30～10:45	3,000円	辻美代子さん	脳と体に効果のあるストレッチ
⑥⑲職人さんから学ぶ木工教室	10月26日(金)～ 全5回	19:00～21:00	7,500円 (材料費含む)	TOBITA CRAFT 飛田孝さん	座面がロープ編みの四角いスツールを作る
⑥⑳美文字を習得かな書道とペン字	10月29日(月)～ 全6回	13:30～14:30	3,000円 (教材費含む)	清葉さん	細筆とボールペンを使って、季節の手紙・宛名書き・かな書道を学ぶ

☎どなたでも(お子様連れはご遠慮ください) ただし、⑤⑮・⑤⑯・⑤⑰・⑤⑲・⑥⑰は20歳以上の方 ☎各12人。ただし④⑧は6人。(先着順) ④氏名・電話番号・希望講座番号を電話で(申込受付 No.④⑧～No.⑤⑴…9月15日(土)・No.⑤⑵～No.⑥⑳…9月16日(日)午前9時～) ◆希望者が少ない場合は、開講しないことがあります。 ◆各講座開講日の前日までに、受講料をお支払いください。講座開始後にキャンセルされる場合は、受講料の返金はできません。



問…お問い合わせ先 申…お申し込み先 電…電話番号 E…Eメール HP…ホームページ
 時…とき 所…場所 内…内容 対…対象 定…定員 料…料金 申…申込方法(いつまでに・どんな情報を・どの方法で)

後期 市民体育館・浅羽体育センタースポーツプログラム

問申 市民体育館 TEL42-1920(月曜日休館) 浅羽体育センター TEL23-4812(火曜日休館)

●市民体育館(成人) 期間：10月～平成31年3月 全15回 料①②…5,000円 ③…4,500円(施設使用料、保険料を含む)

プログラム名	曜日	時間	定員	内容
①はつらつ元気 (おおむね65歳以上)	火	8:50～9:50	25人	頭と身体と心を動かし、健康を維持・増進し、毎日健康で元気に過ごせる身体づくりを目指します。
②ソフトエアロビック	火	10:10～11:10	70人	ウォーキング中心で衝撃の少ないエアロビックです。年齢問わず初心者でも楽しく運動できます。
③ゆがみ矯正楽々体操	木	13:30～14:30	20人	今話題の背骨コンディショニングで身体のゆがみを整えて、腰痛・肩こり・頭痛など体調の不調を解消します。年齢・性別関係なく行えます。

●市民体育館(成人) 期間：10月～平成31年3月 全17回 料④～⑥…5,000円 ⑦…6,000円(施設使用料、保険料を含む)

プログラム名	曜日	時間	定員	内容
④初級フラダンス	火	9:15～10:15	25人	ハワイアンのリズムで、心の癒しとリラックス。腰回り、お腹、二の腕の引き締め効果があります。
⑤ヨガ	水	10:00～11:00	25人	脂肪燃焼やシェイプアップ、柔軟性アップ、冷え改善などの効果があります。
⑥ダンベル健康体操	金	10:00～11:00	25人	脂肪燃焼はもちろん、基礎代謝をあげる体操で、骨粗しょう症予防、転倒防止にも役立ちます。年齢や性別関係なく楽しめます。
⑦よくばり健康 フィットネス	①～⑥のとおり		10人	上記①～⑥のプログラムを計17回体験できます。

●市民体育館(キッズ) 期間：10月～平成31年3月 ⑧・⑩・⑪全15回 ⑨・⑫全13回

料⑧～⑫…5,000円(施設使用料、保険料を含む)

プログラム名	曜日	時間	定員	内容
⑧親子スポーツ (満2～3歳児と保護者)	木	10:00～11:00	20組	リズム運動などで体の動かし方やリズムの取り方を学び、運動能力の発達をサポートします。親子で楽しく運動できます。
⑨キッズスポーツ (満4歳児)	火	14:45～15:45	15人	マット運動を中心に、リズム運動などで体力づくりをします。
⑩キッズスポーツ (満5歳児)	木	14:45～15:45	15人	マットやボール・鉄棒などを使った運動やリズムに合わせた動き、あいさつまナーを身につけながら体力づくりをします。
⑪キッズスポーツ (満6歳児)		15:50～16:50	20人	
⑫キッズダンス (満4歳児)	金	14:45～15:45	15人	音感を養うため、いろいろなジャンルのダンスを楽しみます。

●浅羽テニスコート(オムニ：砂入り人工芝) 期間：9月～平成31年1月 全10回 料6,500円(施設使用料、保険料を含む)

プログラム名	曜日	時間	定員	内容
⑬一般硬式テニス	月	19:30～21:15	25人	初心者から少しボールを打てる方までを対象に、楽しめるレッスンを行います。

●浅羽体育センター 期間：10月～平成31年3月 全17回 料5,000円(施設使用料、保険料を含む)

プログラム名	曜日	時間	定員	内容
⑭ソフトエアロビック&ヨガ	水	10:00～11:00	30人	音楽のリズムに乗って簡単に楽しめる運動とリラックスできるヨガで運動不足とストレス解消を目指します。

申各会場にある申込用紙に必要事項を記入し、受講料を添えて窓口へ(申込期間…9月15日(土)～9月23日(日・秋分の日) 受付時間…午前9時～午後5時(先着順)) ◆複数のプログラムを受講することもできます。 ◆希望者が少ない場合は、プログラムを開講しないことがあります。



風見の丘秋期教室参加者

問 風見の丘 TEL24-0345

●フィットネスプログラム 期間：10月10日(水)～12月21日(金)

プログラム名	曜日	時間	対象	定員	回数	受講料	講師
キッズダンス年少	月	15:00～16:00	3歳児	20人	8回	4,000円	CHU-Zさん
キッズダンス年中	水	15:00～16:00	4歳児	20人	8回	4,000円	FUJIさん
小学生ダンス		17:00～18:00	小学生	20人	8回	4,000円	AYUMIさん
元気はつらつシニア教室	木	10:00～11:00	60歳以上	20人	8回	4,000円	村松美どりさん
スローヨガ		11:15～12:15	高校生年代以上	20人	9回	4,500円	藤田浩美さん
肩・腰リラックス体操		13:30～14:30	高校生年代以上	20人	9回	4,500円	熊切千晶さん
エアロビック&ストレッチ	金	10:00～11:00	高校生年代以上の女性	20人	9回	4,500円	荒内幸代さん
親子ふれあいトレーニング		11:15～12:00	2～3歳児と保護者	10組	8回	3,200円	太田由美さん
フラダンス		13:30～14:30	高校生年代以上の女性	20人	9回	4,500円	村松美どりさん
キッズダンス年長		15:00～16:00	5歳児	20人	8回	4,000円	KASUMIさん
スリムアップエアロ&ストレッチ	土	11:15～12:15	高校生年代以上	20人	9回	4,500円	松本智さん
はじめてのヨガ		15:30～16:30	高校生年代以上	20人	8回	4,000円	山本さおりさん
楽しくシェイプアップ	日	11:00～12:00	高校生年代以上	20人	9回	4,500円	松本智さん

●プールプログラム 期間：10月1日(月)～平成31年3月18日(月)

プログラム名	曜日	時間	対象	定員	回数	受講料
キッズスイミング年少	月	16:10～17:10	3歳児	15人	16回	2,600円/月

④住所・氏名・年齢・電話番号を窓口へ(申込期間…9月19日(水)午前9時～9月30日(日)午後9時(先着順))

※点検による休館のためプールプログラムは10・11月は2か月で2,600円 ◆その他常時開催の教室もあります。

保育資格等取得応援事業参加者

問 県健康福祉部こども未来課 TEL054-221-3546
 ④(株)東海道シグマ教育事業部 保育・子育てニーズ対応チャレンジ事業事務局
 TEL054-272-0206 FAX054-252-3001 ✉ kyoiku@tokaido-sigma.jp
 〒420-0857 静岡市葵区御幸町8-1 JADEビル6階

時	内容
1回目 11月7日 (水)	開講式、オリエンテーション、講義(保育士や子育て支援員等の資格等取得について、保育所や子育て現場の業務内容、保育士等の心構え・役割・保育の意義)、講師との意見交換
2回目 12月17日 (月)	講義(保育士試験科目別勉強法、着眼点)、講師との意見交換、閉講式

時 午前9時15分～11時45分(受付…午前9時～) 所 磐田市総合健康福祉会館 i プラザ2階・ふれあい交流室 対 保育士資格等の取得を目指す方(子どものいる方優先)

定 30人(先着順) 料 無料 ④ 県ホームページにある受講申込書をファクス、Eメール、郵送で(申込期間…9月19日(水)～10月3日(水))

募 集

姉妹都市「長野県塩尻市」市民訪問参加者

問 市長公室秘書係 TEL44-3103
 〒437-8666 ✉ hisyo@city.fukuroi.shizuoka.jp

時 10月28日(日)午前6時20分～午後8時頃 内 中山道ハイキング(数原駅～奈良井宿(6キロメートル、2.5時間程度))、奈良井宿散策など ※天候により、内容を変更する場合があります。 対 市内在住の20歳以上の方 ※ハイキングに参加することについて健康上心配のない方(平成29年度の姉妹都市・友好都市市民訪問に参加された方を除く) 定 26人(申込多数の場合は、抽選) 料 2,000円(昼食代含む)

④参加者全員の住所・氏名、年齢、電話番号と代表者の携帯電話番号をはがき、Eメールで(申込期限…9月28日(金)必着)※申し込みは1組4人、1通まで



問…お問い合わせ先 申…お申し込み先 電…電話番号 電…Eメール HP…ホームページ
 時…とき 所…場所 内…内容 対…対象 定…定員 料…料金 申…申込方法(いつまでに・どんな情報を・どの方法で)

催し 講座 募集 相談 お知らせ 各種施設 情報ボックス

中学生学習支援「寺子屋」ボランティア講師

問申 中学生学習支援組織 寺子屋事務局 戸田孝
 TEL090-4861-9206 電 takashi-t@hw.tnc.ne.jp

教室名	曜日	時間	場所	対象
周南寺子屋	毎週水曜日	16:00~19:00	月見の里学遊館	中学生
浅羽寺子屋	毎週水曜日		浅羽北コミュニティセンター	
	毎週土曜日		メロープラザ	

内5年前から地域の中学生は地域で育てようと、地域有志で中学生対象の無料学習支援組織「寺子屋」を開催しています。寺子屋では中学校で使用している教科書(国語・英語・数学の3教科)に沿って学習支援を行っています。1時間でも可能です。対どなたでも(教員免許など資格は不要です)

申氏名・電話番号を電話、Eメールで(随時募集中)

◆教科書など必要な教材は主催者側で用意します。

◆交通費など必要経費は支給します。

袋井市メール配信サービス「メローねっと」

問 企画政策課シティプロモーション室 TEL44-3104

市から大雨の特別警報や避難指示、避難所開設情報などを配信し、市民の皆さんの安全確保や避難行動をサポートします。

●配信される情報…防災情報(地震情報(県西部で震度3以上の場合)、気象情報(警報・注意報など)、雷注意報情報、津波情報、緊急災害情報)

その他(同報無線情報、防犯情報、生活情報、イベント・おでかけ情報、火災情報)

●登録方法…右の二次元コードからアクセスして空メールを送信し、返信される案内に従って登録してください。



第14回 袋井市民親睦ゴルフ大会参加者

問申 ワコーゴルフ倶楽部 吉田 TEL090-4154-7689
 ワコーゴルフ TEL23-7166

時11月5日(月)午前7時30分～ 所葛城ゴルフ倶楽部・宇刈コース(宇刈2505-2) 内ダブルペリア方式によるハンディ戦(0~36) 対市内在住、在勤または袋井・浅羽ゴルフ連盟会員 定180人(先着順) 料参加費…3,000円 プレー代…15,420円(市民大会特別料金) ※昼食代は、別途必要となります。申ワコーゴルフ倶楽部にある申込書を窓口へ(申込受付…9月1日(土)~)

食品試買会参加者

問申 産業政策課商業労政係 TEL44-3136

時10月11日(木)午前9時50分~午後3時 所総合センター3階・会議室A 内参加者に食品を実際に購入・計量してもらい、食料品店での計量が適正に行われているかチェックします。対どなたでも 定20人(先着順) 申住所・氏名・電話番号・職業を窓口、電話で(申込期限…9月14日(金)まで) ◆食料品店へ行く際は、自家用車などを使用していただきます。

県市町対抗駅伝競走大会 第3回選手選考記録会

問申 市スポーツ協会(月曜日休み) TEL42-1920

時9月29日(土)午後6時30分~ 集合…午後6時 所エコパ補助競技場 内小学5・6年生男女…2,000メートル 中学生男女・高校生女子・一般女子…3,000メートル 高校生男子・一般男子・40歳以上…5,000メートル 対市内在住、在勤の小学5年生以上の方 料無料 申住所・氏名・年齢・電話番号を電話で(申込期限…9月23日(日)午後5時まで)



東海道五十三次どまん中ふくろいウォーク

問申 スポーツ推進課スポーツ振興係 TEL44-3129 市スポーツ協会(月曜日休み) 市民体育館内 TEL42-1920

時10月20日(土)午前8時~午後4時 所集合場所…市役所南側芝生広場

内秋の風を感じながら、遠州三山などを巡る3コースのウォーキングイベント。ロングコース約25キロメートル、ミドルコース約15キロメートル、ショートコース約5キロメートル 対どなたでも(未就学児は保護者、身体の不自由な方は介護者同伴) 定1,000人(先着順) 料一般…事前申込500円・当日800円 高校生以下…無料(申込は必要です) ※全て保険料を含む 申申込者全員分の郵便番号・住所・氏名・年齢・電話番号に参加費を添えて、窓口へ(申込期限…10月12日(金)まで) ※当日受付もしますが、参加賞がなくなる場合がありますので、事前にお申し込みください。



お知らせ

広報ふくろい8月号訂正とおわび

☎ 企画政策課シティブロモーション室 TEL44-3104

「広報ふくろい8月号」4ページお知らせピックアップの内容に誤りがありました。訂正しておわびします。

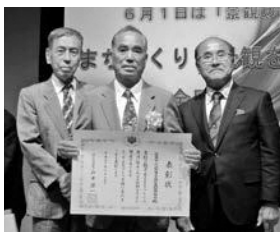
訂正箇所…広報ふくろい8月号4ページお知らせピックアップ「ブロック塀の自主点検と撤去工事の補助」誤…ブロック部分の高さが60センチメートル以上のもの 正…ブロック部分の高さが60センチメートルを超えるもの

上山梨第三土地区画整理組合が表彰を受けました

☎ 都市計画課区画整理係 TEL44-3126

平成25年から事業を開始した上山梨第三土地区画整理組合は、組合員一丸となって事業を進め、平成29年度に換地処分を行い、組合を解散し事業を完了しました。

この度、ゆとりと自然の潤いが感じられる住環境を形成するなど、魅力あるまちづくりへの貢献が認められ、「まちづくり月間まちづくり功労者国土交通大臣表彰」を受けました。



証明書コンビニ交付サービス臨時休止

☎ 市民課市民サービス係 TEL44-3112

システム改修のため、証明書コンビニ交付サービスを臨時休止します。ご不便をお掛けしますが、ご理解とご協力をお願いします。 ☎ 9月27日(木)午後8時～11時

笠原児童館臨時休館

☎ 笠原児童館 TEL23-2361

笠原地区の祭典につき、笠原児童館を臨時休館します。 ☎ 10月6日(土)

住宅・土地統計調査にご協力ください

☎ 企画政策課企画係 TEL44-3105

住宅・土地統計調査は、住宅や土地の所有状況や世帯の居住状況などを把握するための調査です。調査した内容は住まいに関する行政施策やまちづくりの資料として利用されます。調査基準日…10月1日(月) 調査対象…総務大臣が指定した調査区から無作為に抽出した約3,000世帯 調査方法…①9月からインターネット回答のお願いを配布します ②後日、調査員証を携帯した調査員がご自宅を訪問します。インターネット回答済み…同居世帯の有無の確認のみ インターネット未回答…紙の調査票による調査



平成31年度市立幼稚園・市立認定こども園(幼児部)入園児

☎ ④ すこやか子ども課子ども保育係 TEL44-3157

☎ 平成25年4月2日～平成28年4月1日生まれの幼児 対象幼稚園…袋井東、袋井西、田原、袋井南、若草、今井、三川、山梨、高南、若葉、浅羽東、浅羽西、浅羽南、浅羽北 対象こども園…笠原こども園 ☎ 各園の申込人数が定員を超えた場合は、居住地域や兄弟姉妹の在園の有無などを考慮して入園児を決定します。 ☎ 各幼稚園・こども園にある申込用紙に必要事項を記入して入園を希望する園へ直接提出。(申込期間…10月1日(月)～10月10日(水)土・日曜日、祝日は除く)

市立幼稚園・こども園(幼児部)の預かり保育

☎ 月～金曜日 預かり保育…午後2時～5時(全市立幼稚園・こども園) 延長預かり保育…上記時間に加え、午前7時30分～8時30分、午後5時～6時(若草幼稚園・浅羽北幼稚園)

☎ 長期休業中は年間預かり保育・延長預かり保育を利用している園児を対象に市内3園(山梨・若葉・浅羽東)と、笠原こども園で長期預かり保育を実施。長期休業中の延長預かり保育は市内2園(若葉・浅羽東)で実施。

☎ 各幼稚園・こども園にある申込用紙に必要事項を記入して、希望する園へ直接提出 ※延長預かり保育を希望する場合は、住所地に限らず延長預かり保育実施園に申し込みをすることができます。



相談

専門相談員による交通事故相談会

☎ ④ 協働まちづくり課交通政策係 TEL44-3125

☎ 10月3日(水)午前10時～午後3時 ☎ 市役所3階・303会議室 ☎ 専門相談員による交通事故についての相談 ☎ どなたでも ☎ 4人(先着順・市民優先) ☎ 無料 ☎ 住所・氏名・電話番号を電話で(申込期間…9月18日(火)～9月28日(金))

◆県交通事故相談所(TEL054-202-6000)でも、常時電話相談を行っています。



第2回不動産無料相談会

☎ (公社)県不動産鑑定士協会 TEL054-253-6715

☎ 10月5日(金)午前10時～午後4時(受付…午後3時30分まで) ☎ 浜松市役所本館6階・61会議室(浜松市中区元城町103-2) ☎ 鑑定評価、価格、賃料、売買、交換、借地、借家、相続、贈与、その他不動産に関すること ☎ どなたでも ☎ 無料 ☎ 申込不要。直接会場へ

- 1
- 催し
- 講座
- 募集
- 相談
- お知らせ
- 各種施設
- 情報ボックス

10月1日から国民健康保険(国保)保険証が新しくなります

問 市民課国保年金係 TEL44-3113
 保険サービス係 TEL44-3191
 市民サービス課市民サービス係 TEL23-9211

◆現在お使いの国保保険証(クリーム色)の有効期限は、9月30日(日)です。新しい保険証(藤色)は、国保税の滞納がなければ9月末日までに世帯主あてに郵送します。

◆保険証は、1人1枚です。お手元に届いたら、記載されている内容を確認してください。記載内容に誤りがある場合は、市役所1階市民課国保年金係または、支所1階市民サービス課へご連絡ください。

◆すでに、ほかの健康保険に加入されている方は、速やかに国保を脱退する手続きをしてください。

◆今回、保険証と一緒に「ジェネリック医薬品希望シール」を郵送します。薬の処方の際にジェネリック医薬品(後発医薬品)を希望する場合は、シールを保険証やお薬手帳などに貼ってご利用ください。

私立幼稚園の保育料の一部を補助します

問 すこやか子ども課子ども保育係 TEL44-3157

内 園児1人あたり、年額308,000円以内(平成30年度市民税所得割課税額や子どもの数により異なります)

対 次の①・②のいずれかに該当する世帯(※認定こども園(1号認定)の入園児を除く) ①市内在住で、平成30年度市民税所得割課税額(住宅借入金等特別税額控除前の額)が、171,600円に次の①・②の合計を加えた額以下の世帯

①16歳未満の扶養親族の数×19,800円 ②16歳以上19歳未満の扶養親族の数×7,200円 ③2人以上幼稚園に就園している世帯または小学1～3年生の兄弟がいる世帯(市民税所得割課税額77,100円以下の世帯は、兄弟の年齢制限なし)

申 申請書を在園する幼稚園へ ※市外の幼稚園へ通園している方は、申請書が配布されていない場合があります。申請書がない場合は9月28日(金)までにお問い合わせください。



浄化槽法定検査(年1回の定期検査)を必ず受けましょう

問 県生活環境課 TEL054-221-2253
 西部健康福祉センター TEL37-2250
 申 (一財)県生活科学検査センター 管理試験課
 TEL054-621-5030(午前8時30分～午後5時30分)

◆9月中旬～10月中旬に、県生活環境課から法定検査未受検者に対して、案内通知や電話による啓発を実施します。水環境を守るため、必ず法定検査の受検をお願いします。

◆浄化槽の機能を十分に発揮させるため、浄化槽法により、義務づけられている「保守点検」(年3回以上)・「清掃」(年1回以上)・「法定検査」(年1回)の3つを必ず行ってください。

◆「法定検査」を受けることで、浄化槽の保守点検や清掃が適正に行われていることが確認でき、浄化槽の点検・調整をより確実に行うことができますようになります。

◆法定検査の内容は外観検査・水質検査・書類検査で、検査時間は30分程度です。検査費用は、一般家庭の場合6,000円(口座振替の場合5,500円)です。

公共下水道へ雨水を流さないでください ～9月10日は下水道の日です～

問 下水道課管理係 TEL23-9219

◆市の公共下水道は、汚水は下水道管に、雨水は側溝などに分けて流す分流式です。しかし、現在多量の雨水が下水道管に流入しています。雨水が下水道管に流入すると、次のようなおそれがあります。①下水道管がいっぱいになりマンホールから汚水があふれる ②家庭からの生活排水が流れなくなる ③汚水を処理する浄化センターでの処理量が増加することで、設備への負担や処理費用が増え、河川の水質悪化や下水道使用料の値上げにつながる

◆雨水が下水道管へ流入しないよう各家庭で次の2点をご確認ください。①汚水ますの破損などで雨水が流れ込む状態になっていないか ②雨どいの接続先が下水道管になっていないか

市内の農業用ため池「堤体の補強工事」を行っています

問 県中遠農林事務所農地防災課 TEL37-2295

東日本大震災では、福島県の農業用ため池で堤防が決壊し、死者・行方不明者を伴う甚大な被害が発生しました。このため、県中遠農林事務所では、市と協力して、大規模なため池の耐震対策(堤体の補強工事等)を次のとおり行っています。堤体の補強工事の期間中は、農業用水の供給などで、ご迷惑、ご不便をお掛けしますが、ご協力をお願いします。

池の名称	堤高	貯水量	事業期間(予定)	平成30年予定
山田池(山田地内)	9.7メートル	15,500立方メートル	平成26～30年度	堤体工事
猿万部池(村松地内)	5.3メートル	20,000立方メートル	平成27～30年度	堤体工事
鳴沢池(村松地内)	7.0メートル	20,000立方メートル	平成27～29年度	工事完(平成29年)
亀久保池(宇刈地内)	8.7メートル	24,900立方メートル	平成27～30年度	工事完(平成30年)

市有地を売却します

問 財政課契約管財係 TEL44-3102

物件番号	所在地	面積(㎡)	地目	最低入札価格	用途地域	建ぺい率(%)	容積率(%)
1	神長34-13	268.91	宅地	13,540千円	第1種低層住居専用地域	50%	100%
2	清水町11-19	227.94	宅地	10,050千円	第1種低層住居専用地域	50%	100%
3	清水町11-21	227.70	宅地	10,040千円	第1種低層住居専用地域	50%	100%
4	田町2-7-7	258.00	宅地	15,157千円	第2種中高層住居専用地域	60%	200%
5	掛之上5-12,5-13	228.40	宅地	16,370千円	第2種住居地域	60%	200%
6	岡崎5031	200.00	宅地	3,492千円	無指定地域	60%	200%

時 入札日時…10月18日(木)午前10時～ 所 入札場所…市役所3階・302会議室 内 市有地(宅地6件)を入札で売却します。
 対 どなたでも 申 必要書類を窓口へ(申込期限…10月12日(金)まで) 必要書類は9月3日(月)から窓口で配布または、市ホームページからダウンロードもできます。 ◆物件番号順に実施します。 ◆現地説明などは実施しません。
 ※物件の取下げ、最低入札価格が変更となる場合がありますので、購入を希望する方は9月3日(月)から配布する入札説明書をご確認ください。



10月 出張保健センター

問 健康づくり課地域健康推進係 TEL42-7340

時	所	時	所
10月10日(水) 9:30～11:30	袋井西コミュニティセンター	10月21日(日) 9:30～11:30	袋井東コミュニティセンター
10月10日(水) 9:30～12:00	今井コミュニティセンター	10月23日(火) 9:30～11:30	幸浦(浅羽南)コミュニティセンター
10月13日(土) 9:30～11:30	袋井北コミュニティセンター	10月27日(土) 9:30～11:30	浅羽西コミュニティセンター
10月16日(火) 9:30～11:30	浅羽東コミュニティセンター	10月28日(日) 9:30～11:30	笠原コミュニティセンター
10月16日(火) 19:00～20:30	豊沢ふれあい会館	10月28日(日) 9:00～14:00	三川コミュニティセンターさんさん会館
10月18日(木) 9:30～11:30	浅羽北コミュニティセンター	10月28日(日) 10:00～14:00	袋井南コミュニティセンター
10月20日(土) 9:30～11:30	山名コミュニティセンター	10月28日(日) 10:00～14:00	高南コミュニティセンターきぼう館

内 保健センターの保健師・栄養士が毎月1回、コミュニティセンターへ出向き、楽しく学べる健康講座や健康測定を実施 対 どなたでも(途中退室可) 料 無料 申 申込不要。直接会場へ



市の公共施設の一部がインターネットで予約できます

問 ICT街づくり課情報政策係 TEL44-3106

時 10月1日(月)～ 内 月見の里学遊館、メロープラザの予約状況の確認や施設予約がパソコンやスマートフォンでできるようになります。システムを利用するには事前に個人または団体ごとに利用者登録(無料)が必要です。登録者には「利用者ID・パスワード」を発行します。

料 無料(通信費用などは自己負担)

満65歳以上の方の運転免許証の自主返納を応援します

問 協働まちづくり課交通政策係 TEL44-3125

市内で高齢者の交通事故が増加していることを受け、運転経歴証明書の交付手数料の一部(500円)を支給し、運転免許証の自主返納を応援します。 対 市内在住で満65歳以上の方 申 袋井警察署で運転免許証の自主返納時に交付される「引換券」を窓口へ

中東遠総合医療センター 特定初診料の金額変更

問 中東遠総合医療センター医事課 TEL0537-21-5555(代)

10月1日(月)から、国(厚生労働省)が進める「初期治療は医院・診療所で、高度・専門医療は病院で行う」という医療機関の機能分担をさらに推進するための制度変更に伴い、紹介状をお持ちにならずに初診で受診する場合にご負担いただく「特定初診料」の金額を次のとおり変更します。

9月30日まで 2,700円(税込)	➔	10月1日から 5,400円(税込)
-----------------------	---	-----------------------

※症状が安定し、当院が他の医療機関への逆紹介を申し出たにも関わらず、引き続き当院を受診される場合は、10月1日から、特定再診料2,700円(税込)をご負担いただきます。



問…お問い合わせ先 申…お申し込み先 電…電話番号 E…Eメール HP…ホームページ
 時…とき 所…場所 内…内容 対…対象 定…定員 料…料金 申…申込方法(いつまでに・どんな情報を・どの方法で)

1
催し
講座
募集
相談
お知らせ
各種施設
情報ボックス

中小企業退職金共済制度をご存知ですか？

問(独)勤労者退職金共済機構 中小企業退職金共済事業本部
 TEL03-6907-1234

中小企業退職金共済制度は、中小企業の事業主が、従業員の退職金を計画的に準備できる国の退職金制度です。

●メリット

①新規加入や掛金月額を増額する場合、掛金の一部を国が助成 ②掛金は全額非課税で手数料がかからない ③外部積立型のため、事業主の方の管理や運用の手間がかからない ◆詳しくは、お問い合わせいただくか、ホームページをご覧ください。



献血にご協力ください

問 しあわせ推進課社会福祉係 TEL44-3121

時 10月12日(金)午前9時30分～11時45分、午後1時～2時
 所 市役所駐車場・献血バス(受付…市役所1階・ロビー)
 内 輸血に使用する血液は、人工的に造ることができず、長期保存することもできません。病気やけがなどで輸血を必要としている患者さんの生命を救うため、献血にご協力ください。 対 16～69歳までの健康な方(献血基準を満たさない場合、献血をご遠慮いただく場合があります) 申 申込不要。直接会場へ

はーとふるプラザ袋井
 (総合健康センター) 久能2515-1

介護予防筋トレマシン教室

問申 健康づくり課地域健康推進係 TEL42-7340

時 体験コース…10月1日(月)午前9時30分～11時 トレーニングコース…10月4日(木)、15日(月)、18日(木)、29日(月) ①午前9時30分～10時30分 ②午前10時40分～11時40分 開放日…10月11日(木)午前9時～正午、18日(木)午後1時～4時、22日(月)午前9時～正午 所 はーとふるプラザ袋井2階・健康運動ルーム 内 介護予防のためのマシンを使ったやさしい筋力づくり 対 体験コース…市内在住65歳以上で筋トレマシン初めての方 トレーニングコース…市内在住65歳以上で体験コースに参加したことがある方 開放日…市内在住65歳以上でトレーニングコースに10回以上参加したことがある方 定 体験コース、トレーニングコース…各回10人(先着順) 料 体験コース、トレーニングコース…200円/回 開放日…300円/回 申 住所・氏名・年齢・電話番号・希望する日程(トレーニングコースの申込は月2回まで)を電話で(申込受付…9月12日(水)午前9時～) ※開放日は申込不要



60歳以上の方に「電動アシスト付自転車」を無料で貸し出します

問申 協働まちづくり課交通政策係 TEL44-3125 〒437-8666

貸出期間…10月中旬～平成31年1月中旬(最大3か月)
 対 市内在住で60歳以上の方 定 24台(先着順。ただし初めての方を優先) 申 窓口にある申請書に必要事項を記入し、本人確認できる書類(運転免許証や保険証の写し)を添えて、窓口または郵送で(申込期限…9月28日(金)まで)
 ◆申請書は、市ホームページからダウンロードもできます。
 ◆貸出前に、市の交通安全講習会を受講していただきます。詳しくは、貸出決定者に連絡します。



あはき(あん摩・はり・きゅう)免許取得者による無料マッサージ

問(公社)県視覚障害者協会西部支部連合会
 名倉秀幸 TEL43-4104

時 9月30日(日)午前9時30分～正午 所 袋井南コミュニティセンター1階・和室 内(公社)県視覚障害者協会西部支部連合会袋井支部に登録しているあはき(あん摩・はり・きゅう)免許取得者による無料マッサージ(1人20分程度) 対 市内在住の方 定 40人(先着順) 料 無料 申 申込不要。直接会場へ

9月20日～26日は「動物愛護週間」です

問 県西部保健所衛生業務課 TEL37-2245

命ある動物の愛護と適正な飼養についての関心と理解を深めるために、「動物愛護週間」が設けられています。この機会に、人と動物とのよりよい関係について、家族や友人と話し合ってみましょう。

9月1日～10日は屋外広告物適正化旬間です 屋外広告物の適切な設置・管理をお願いします

問 都市計画課まちづくり計画室 TEL44-3122

市では、屋外広告物条例により、適切に屋外広告物を設置するための基準を設けています。営利・非営利に関係なく、高さや大きさなどの基準があり、設置には原則許可が必要です。

●屋外広告物とは

次の①～④までのすべての要件を満たしているものです。
 ①常時または一定の期間継続して表示されるもの ②屋外で表示されるもの ③公衆に表示されるもの ④看板、立看板、はり紙、はり札、広告塔、広告板、建物その他の工作物などに表示・設置されたものやこれらに類するもの
 ◆すでに設置されている屋外広告物についても今一度、許可の状況をご確認いただき、適切な管理をお願いします。

室内楽アカデミー受講生によるクラシックコンサート

時12月23日(日・天皇誕生日) 開場…午後1時30分 開演…午後2時 所月見の里学遊館・うさぎホール 内8月開催の室内楽アカデミー受講生によるクラシックコンサート 対どなたでも(未就学児不可) 定363人(先着順) 料1,000円(全席自由) チケット販売場所…月見の里学遊館、プレイガイド、兵藤楽器各店、磐田市情報館ほか 申チケット販売開始…9月25日(火)～ 電話予約の場合、住所・氏名・年齢・電話番号を

各種運動講座

◎月見の里うんどうあそび

コース	日
月曜コース (2歳～3歳半向け)	10月29日、11月5日・12日・19日・26日、12月17日・24日、平成31年1月7日・21日・28日、2月4日・18日
金曜コース (1歳半～2歳向け)	10月26日、11月2日・9日・16日・30日、12月7日・14日・21日、平成31年1月11日・25日、2月1日・8日

時午前10時～11時 所月見の里学遊館・集会室C 内運動と遊びをミックスした親子で楽しむフィットネス(講師…小井啓子さん) 対1歳半～3歳半の子どもと保護者 定各20組(先着順) 料4,500円 ※初回の1週間前からキャンセル料3,000円が発生します。 申住所・氏名・年齢・電話番号を窓口、電話で(申込受付…9月14日(金)午前9時～(電話受付…午後1時～))

◎月見の里ベビービクス&ヨガ

コース	日
ねんねコース (水曜日)	11月7日・14日・21日・28日、12月5日・12日・19日、平成31年1月9日・16日・23日・30日、2月6日
はいはい&あんだよコース (金曜日)	11月9日・16日・30日、12月7日・14日・21日、平成31年1月11日・18日・25日、2月1日・8日・15日

時午前10時～11時 所月見の里学遊館・和室 内ベビービクス&ヨガで親子のコミュニケーションを深める。ママリフレッシュできる人気講座(講師…山内佳代さん) 対1歳半ぐらいまでの子どもと母親 定各20組(先着順) 料4,500円 ※初回の1週間前からキャンセル料3,000円が発生します。 申住所・氏名・年齢・電話番号を窓口、電話で(申込受付…9月19日(水)午前9時～(電話受付…午後1時～))

◎月見の里HIPHOPダンス入門

時11月10日・17日、12月8日・22日、平成31年1月12日・26日、2月9日・23日、3月9日・16日(全て土曜日) 午後5時30分～6時30分 所月見の里学遊館・舞台芸術のワークショップルーム 内毎回大人気のHIPHOPダンスレッスン入門講座。初めてでも大丈夫。HIPHOPミュージックに合わせて楽しく体を動かそう!(講師…SINJIさん(プロバックダンサー)) 対4歳～中学生 定20人(先着順) 料6,000円 ※11月3日(土・文化の日)からキャンセル料3,000円が発生します。 申住所・氏名・年齢・電話番号を窓口、電話で(申込受付…9月15日(土)午前9時～(電話受付…午後1時～))

健康度測定

～あなたの健康を数字で「見える化」します～

問申 健康づくり課健康企画室 TEL84-6127
✉ kenkoudukuri@city.fukuroi.shizuoka.jp

時10月17日(水)午後6時30分～8時 所はーとふるプラザ袋井2階・健康運動ルーム 内体脂肪率、BMI、筋肉量、バランス能力、前屈、下肢力、全身反応、肺年齢などの測定、評価 対市内在住、在勤で20歳以上の方 定15人(申込多数の場合、抽選) 料無料 申住所・氏名・年齢・電話番号を電話、Eメールで(申込期間…9月18日(火)～28日(金))



月見の里学遊館



問申 TEL49-3400(木曜日休館) 上山梨4-3-7
✉ info@tsukiminosato.com

ボタニカルライフ② ハーブクッキングレッスン

時11月3日(土・文化の日)午前10時～午後1時 所月見の里学遊館・食のワークショップルーム 内自然の恵みである「ハーブ」を取り入れた料理講座(講師…山本明希子さん(mitten美味しいテーブル主宰)) 対18歳以上の方 定20人(先着順) 料2,500円 ※10月27日(土)からキャンセル料1,000円が発生します。 申住所・氏名・年齢・電話番号を窓口、電話で(申込受付…9月15日(土)午前9時～)

「和食の神髄を学ぶ」季節の精進料理②
可睡齋特製精進おせち

時11月18日(日)午前9時30分～午後2時 所月見の里学遊館・食のワークショップルーム 内精進おせちを可睡齋の典座和尚と一緒に作って、学んで、食べて楽しむワークショップ 対20歳以上の方 定24人(先着順) 料2,000円 ※11月11日(日)からキャンセル料1,000円が発生します。 申住所・氏名・電話番号を窓口、電話で(申込受付…9月16日(日)午前9時～)

うさぎオーケストラによるクリスマスコンサート

時12月15日(土)午後2時～4時 開場…午後1時30分 所月見の里学遊館・うさぎホール 内うさぎオーケストラがお送りするクリスマスコンサート。親子だけでなく初めてクラシック音楽に触れる人も気軽に楽しめるコンサート 対どなたでも(3歳以下不可) 定363人(全席自由) 料前売り券…一般2,000円、高校生以下1,000円、親子ペア2,500円当日券…一般2,200円、高校生以下1,200円、親子ペア2,700円 チケット販売場所…月見の里学遊館 申チケット発売開始…9月18日(火)午前9時～ 電話予約の場合、住所・氏名・年齢・電話番号を

問…お問い合わせ先 申…お申し込み先 電…電話番号 印…Eメール HP…ホームページ
 時…とき 所…場所 内…内容 対…対象 定…定員 料…料金 申…申込方法(いつまでに・どんな情報を・どの方法で)

水玉プールプログラム

問申 月見の里学遊館水玉プール TEL49-3201

◎一般プールプログラム 期間：11月2日(金)～平成31年3月15日(金) 全15回 対 高校生年代以上 料 各9,750円(保険料・プール使用料を含む)

プログラム名	曜日	時間	定員	内容
上級スイミング	月	11:00～12:00	各15人	平泳ぎとバタフライの知識や技術、25メートルの折り返しができるターンや持久力を身につける
ウォーターエクササイズ	火	10:30～11:15		泳げない方でも気軽に楽しく水中で全身を動かし、コンディションを整えながらシェイプアップする
中級スイミング	水	11:00～12:00		クロールと背泳ぎを中心に知識や技術を学ぶ
上級スイミング		14:00～15:00		平泳ぎとバタフライの知識や技術、25メートルの折り返しができるターンや持久力を身につける
やさしい水泳	金	11:00～12:00		初心者の方を対象に、水の特性を知り、潜ることから浮く、足を動かすなどの基本を学ぶ

◎一般フィットネスプログラム 期間：11月2日(金)～平成31年3月15日(金) 全15回 対 高校生年代以上 料 各5,650円(保険料・施設使用料を含む)

プログラム名	曜日	時間	定員	内容
やさしいエアロ&ストレッチボール	月	10:30～11:20	15人	エアロピクスにより脂肪燃焼を図り、ストレッチボールでのエクササイズで正しい姿勢づくりを目指す
やさしいエアロ&ミニボール運動		13:30～14:30	ミニボールやチューブ、エアロピクスにより脂肪燃焼を図り、身体の引き締めと健康づくりを目指す	
ダンベルダイエット		19:30～20:30	ダンベル体操を中心に軽度のエアロピクス、ストレッチ運動で筋肉をつけ、太りにくい体質づくりや活動的な体づくりを目指す	
ベーシックエアロ	火	10:30～11:30	各30人	エアロピクスの基本動作を中心に、身体を動かし脂肪を燃焼させる
バレトン&ストレッチ		13:30～14:30		バレエのコンディショニングで、筋力・柔軟性・心と体の融合を得ることで身体の筋肉を整える
ラテンエアロ		19:30～20:30		ラテン系の音楽と体の動きをエアロピクスの要素に取り入れ、軽快なラテンのリズムにより運動不足とストレスを解消する
キックボクシング&エクササイズ	水	10:30～11:30		簡単なステップを中心としたエアロピクスとボクシングの動作をミックスさせ、日頃の運動不足やストレスを解消し、心身をシェイプアップする
エアロビック&ストレッチヨガ		13:30～14:30		エアロピクスとストレッチ運動により持久力の向上、脂肪燃焼、下半身の引き締めや柔軟性の向上を目指す
ピラティス(夜)	金	18:30～19:20		ピラティス独特の運動により体幹部の筋力強化や身体バランスの取れた、総合的な体力づくりを目指す
ピラティス(朝)		10:20～11:10	陳氏太極拳を基本から学ぶ。太極拳の呼吸法を交え、ゆっくりとした動作で全身を使い、心身のバランスを整える	
太極拳		13:30～14:30	簡単なダンスステップをもとにヒップホップの振り付けを楽しむ。体の動かし方やリズムのとり方などの基礎を学び運動不足を解消する	
ヒップホップ		19:30～20:30		

◎キッズプールプログラム 期間：11月2日(金)～平成31年3月15日(金) 全15回 料 各9,750円(保険料・プール使用料含む)

プログラム名	曜日	時間	対象	定員	内容
キッズ	月 火 水 金	15:30～16:20	4歳児～小学2年生	各曜日 30人	水の心地よさ、楽しさを感じながら水に親しみ、水泳の基礎から泳法の習得を目指す。水の事故防止や安全を知識を学ぶ
ジュニア		16:30～17:30	小学1～6年生		初心者から初級者まで、水を通して心身を鍛えながら、クロール、背泳ぎの基本の習得と25メートル以上泳げる力を身につける

◎キッズフィットネスプログラム 期間：11月2日(金)～平成31年3月15日(金) 全15回 料 各5,650円(保険料・施設使用料含む)

プログラム名	曜日	時間	対象	定員	内容
速く走ろう 低学年	月	15:30～16:15	小学1年生	15人	短距離を走る力やバランスを向上させ、短距離走の正しい動作を学ぶ。瞬発力や柔軟性を高めることを目指す
		16:20～17:05	小学2～3年生	20人	
速く走ろう 高学年		17:10～18:00	小学4～6年生	20人	

申 一般プログラム…9月23日(日・秋分の日)午後2時～(先着順) キッズプログラム…9月2日(日)午前9時～9月22日(土)午後6時
 ◆定員を超えた場合は、9月30日(日)午後2時から公開抽選 ◆登録手続きは、抽選会終了時から10月21日(日)午後6時まで