

### 十和田ウォーキングクラブ 会員募集

とき・ところ  
4月 種差海岸 (約6km)  
5月 横浜菜の花ウォーク (5km)  
 蕨川と奥入瀬川ウォーク (6km)  
6月 鯉草郷花まつり (4km)  
7月 蕨沼散策 (4km)  
8月 田代平高原ウォーク (5km)  
9月 八甲田山頂紅葉ウォーク (5km)  
10月 蕨川紅葉ウォーク (6km)  
11月 沼袋名水めぐり (6km)  
12月～平成31年3月  
市総合体育センターウォーク (1周250m、2時間程度、毎週水曜日)  
費用 年会費3,000円、入会金1,000円、  
 家族会員 (2人で) 5,000円  
☎河野スポーツ内十和田ウォーキングクラブ ☎23 2241

### ジュニアソフトテニス講習会

とき 4月7日(土)～10月31日(水)の  
 毎週月・水・土曜日  
▶毎週月・水曜日  
 午後4時30分～6時30分  
▶毎週土曜日 午前10時～正午  
ところ サン・スポーツランド  
対象 小学生  
定員 30人 (先着順)  
費用 8,000円 (保険代、登録代など)  
持ち物 ラケット、テニスシューズ  
申込期限 4月5日(木)  
☎市ソフトテニス協会・八島  
☎090-4884-1227

### さくら応援隊募集!

4月21日(土)から5月5日(土)まで官  
庁街通りの「さくら案内所」で一緒  
におもてなししていただける個人・  
団体・企業を募集しています。また  
説明会を開催します。  
とき 4月5日、12日 (全て木曜日)  
 午後6時～  
ところ 市民交流プラザ「トワレ」  
※直接会場へお越しください。  
☎TMG48 (トワダもてなしガールズ)・工藤 ☎090-4555-4848

### 市民グラウンド・ゴルフ体験教室

とき 4月16日(月)、20日(金)  
 午前9時～正午  
ところ 市陸上競技場  
※用具は貸し出します。  
☎市グラウンド・ゴルフ協会・藤本  
☎23 3996

### 十和田野鳥の会バードウォッチング

とき・ところ  
4月22日(日) 休屋・大川岱  
5月5日(土) 蕨沼  
 (午前10時現地集合)  
6月24日(日) 小川原湖  
7月8日(日) 黄瀬川 (奥瀬)  
8月19日(日) 三沢海岸  
9月2日(日) 六ヶ所村尾駱沼ほか  
持ち物 簡単な昼食など  
※申し込みは不要です。  
※桜の広場南側に午前8時までに集  
合。車で相乗りし移動します。開  
催日により集合時間が異なる場合  
があります。  
☎十和田野鳥の会・中野渡 ☎24 9826

### Let's 健康体操

ロコモティブシンドローム (運動  
器症候群)にならないための自宅で  
できる筋トレとエアロビクスで、運  
動不足を解消しましょう。  
とき 4月6日(金)～毎月2回  
①ロコモ予防筋トレ  
 午前9時30分～10時30分  
②エアロビクス  
 午前10時40分～11時40分  
ところ 市民交流プラザ「トワレ」  
定員 10人 (先着順)  
費用 年会費1,000円、各回500円  
持ち物 シューズ、ヨガマット (バ  
スタオルでも可)  
☎からだ整え隊・加藤  
☎090-8580-9169

### 着物を着てさくらになり帯!

たんすに眠っている思い思いの着  
物を着て、さくら満開の駒街道を老  
若男女、華やかに、にぎやかに、とびっ  
きりの笑顔で闊歩(くわっぽ)しましょう。  
とき 4月22日(日) 午前9時～  
集合場所 市民文化センター  
費用 500円  
持ち物 着物、履物、必要な小物  
☎楽らく会・母良田  
☎090-4314-6424  
小笠原 ☎090-9630-7650

### 十和田市なぎなた協会会員募集

小学生からシニアまで、家族での  
参加・未経験者歓迎。  
とき 毎週土曜日 午前10時～正午  
ところ 志道館  
※動きやすい服装でお越しください。  
☎十和田市なぎなた協会・小林  
☎・FAX ☎22 5550

### 十和田サッカースクール 十和田ジュニアフットボールクラブ

①十和田サッカースクール  
とき 4月7日(土)～の毎週土・日曜日  
 午後4時～5時30分  
ところ 若葉球技場ほか  
対象 幼児(年中)～小学2年生(男女)  
費用 月額1,000円 (保険代含む)  
持ち物 ボール、シューズ、水筒  
②十和田ジュニアフットボールクラブ  
とき 毎週土・日曜日ほか週2回  
ところ 若葉球技場ほか  
対象 小学3～6年生 (男女)  
費用 月額2,000円  
申し込み方法 毎週土・日曜日に、  
 若葉球技場で午後4時から受け付  
けしています。  
☎代表・古市 ☎22 4205

### 十和田をピンクに染めよう! ピンクリボン運動

街中がピンク色に染まる春まつりに  
「ピンクの日」と題し、ピンク色  
を身につけ、乳がんの啓蒙活動「ピ  
ンクリボン運動」を行います。皆さ  
さんもピンク色を身につけてご来場く  
ださい。  
とき 4月22日(日)  
 午前9時～午後4時  
ところ さくら案内所・中央公園緑地・  
 桜流鏝(やぶさめ)馬会場・十和田倶楽部・市民  
交流プラザ「トワレ」ほか  
☎とわだをピンクにそめる会  
(TMG48 事務局) ☎090-4555-4848

### 卓球教室参加者募集 (前期)

市卓球協会が、基礎から指導し  
ます。  
とき 5月10日～7月12日の毎週  
 木曜日 午後6時30分～8時  
ところ 市総合体育センター  
対象 市内の小学生  
定員 30人  
費用 3,000円 (前期会費)  
持ち物 ラケット  
申込期限 4月30日(月)  
☎市卓球協会・三浦  
☎090-2273-1423