

市民の広場

市民の皆さんが行う催しの紹介、サークルなどの会員募集のコーナーです。
費用の記載がないものは無料です。掲載希望の団体、サークルの人は市ホームページをご覧ください。

「3月8日国際女性デー」に ぶらぶら散歩

世界中の女性が望む女性の地位向上と平和の闘いに連帯し「ぶらぶら散歩」を行います。男女を問わずご参加ください。あなたの思いをプラカードなどにして自由に持参ください。

とき 3月8日(金) 午前11時～正午

ところ 駒っこ広場から桜の広場
 ※駒っこ広場に直接お越しください。

問 女性会議十和田支部

☎ 0176-22-1519

はじめての介護食教室

「食事が噛みにくい」「飲み込みにくい」そんな食べづらさのある人でも安全に美味しく食べられる介護食について、管理栄養士と一緒に調理しながら学びましょう。

とき 3月17日(日)

午後2時～4時30分

ところ 市民交流プラザ「トワレ」

定員 15人(先着順)

費用 1,000円(材料費)

持ち物 エプロン

申し込み方法 電話または申し込みフォームから申し込みください。

申込期限 3月15日(金)

申問 管理栄養士・白山

☎ 090-9630-6556

申し込みフォーム <https://forms.gle/Ti5op9nhtV5i2utv9>

ぐらんでいーる親子体操教室 (コア・ビクス・ヨガ)

初めての習い事に、運動が苦手な子どもも親子楽しく通えます。たくさん「できた」で自信を育み、次のステップへつなげる。今しかないこの大切な瞬間を一緒に楽しみましょう。

とき 土・日曜日、休日の月2回(1時間程度) ※詳しくは公式LINEでお知らせします。

ところ 志道館

対象 2～9歳頃までの子どもと保護者(親・祖父母など)

定員 30人(先着順)

費用 1回子ども500円、大人(2人まで)1,000円

持ち物 動きやすい服装、飲み物、汗拭きタオル、上履き、着替えなど
 ※公式LINEからお問い合わせ、申し込みください。

申問 ぐらんでいーる親子体操
 公式LINE ID @410mrlgt

グラウンドゴルフ参加者募集

会員の健康増進と相互のふれあいの場を作り、生涯スポーツの地域振興に寄与することを目的としています。

心と体のリフレッシュに、皆さんの参加をお待ちしています。

初心者大歓迎です。

とき 4月2日(火)～11月30日(土)

毎週火・土曜日 午前9時～11時

ところ 東コミュニティセンター

費用 1,500円(年会費)

※会場に直接お越しください。

問 イーストGG愛好会・菊池

☎ 080-1840-2661

川柳句会参加者募集

日常生活や人間を詠む五・七・五の短詩型文芸です。初心者、経験者大歓迎です。見学、体験してみませんか。

入会は随時受け付けています。

とき 4月5日(金)、6月5日(休) 午後1時30分～

ところ 市民交流プラザ「トワレ」

費用 3,000円(年会費)

持ち物 筆記用具、国語辞書または電子辞書

申問 十和田ヒメマス川柳会

☎ 090-4631-6742 FAX 24-9890

【有料広告欄】 「広報とわだ」に広告を掲載しませんか。申込先 総務課広報男女参画係 ☎ 51-6702

～わたしたちが創る～希望と活力あふれる 十和田

広報



とわだ

有料広告募集中

【2色印刷】

1号広告 30,000円
 (縦5.0cm × 横18.3cm)

2号広告 18,000円
 (縦5.0cm × 横9.0cm)

